

Heti étlap: 2026. 05. 11. - 2026. 05. 17. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Törökszentmiklós Városi Bölcsőde és Főzőkonyha, 5200 Törökszentmiklós, Oballai út HRSZ:8982

	2026. 05. 11. hétfő	2026. 05. 12. kedd	2026. 05. 13. szerda	2026. 05. 14. csütörtök	2026. 05. 15. péntek	2026. 05. 16. szombat
T í z ó r a i	Vaniliás tej *7* Fatörzskifli *1,3,6,7* <i>En: 1008 kj /240 kc; Feh:11,5gr Szh:38gr;Cuk:5,8gr;Só:0gr Zsír:6,3gr;Tzs:0gr;Kalc:305gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	Citromos tea *12* Trappista sajt *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Piros retek <i>En: 1322 kj /315 kc; Feh:12,5gr Szh:36gr;Cuk:10,1gr;Só:0,6gr Zsír:13,4gr;Tzs:5,8gr;Kalc:213,4gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok	Citromos tea *12* Fokhagymás hosszúszele *1,7* <i>En: 1031 kj /245 kc; Feh:8,3gr Szh:69gr;Cuk:10,1gr;Só:0,1gr Zsír:1,1gr;Tzs:0gr;Kalc:22,6gr</i> Glutén, Tej, Szulfítok	Citromos tea *12* Tojásrántotta *3* Teljes kiörlésű kenyér *1* <i>En: 1049 kj /250 kc; Feh:11,9gr Szh:30gr;Cuk:10,1gr;Só:0,3gr Zsír:2,3gr;Tzs:0gr;Kalc:60,42gr</i> Glutén, Tojás, Szulfítok	Házi gyümölcsös joghurt *7* Kifli *1,7* <i>En: 1012 kj /241 kc; Feh:8gr Szh:38gr;Cuk:13,4gr;Só:0,5gr Zsír:5,7gr;Tzs:2,9gr;Kalc:385gr</i> Glutén, Tej	
E b é d	Káposzta leves *1,3,7,9* Vadas sertészelet *1,7,10,12* Tésztaköret *1,3* <i>En: 2904 kj /692 kc; Feh:32,7gr Szh:112gr;Cuk:4,8gr;Só:0,5gr Zsír:11gr;Tzs:0,7gr;Kalc:132,55gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok, Tojás</i>	Alföldi húsleves *1,3,7,9,10* Székelykáposzta *1,7* <i>En: 1797 kj /428 kc; Feh:29,7gr Szh:31gr;Cuk:0,4gr;Só:1,1gr Zsír:16,5gr;Tzs:0gr;Kalc:220,4gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás	Májgaluska leves *1,3,7,9,10* Sóskamártás burgonya *1,7* Párolt csirkemell <i>En: 2093 kj /498 kc; Feh:36,2gr Szh:64gr;Cuk:20,1gr;Só:0,7gr Zsír:12,4gr;Tzs:1,3gr;Kalc:286,24gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás	Babgulyás *1,3,5,6,7,8,9,10,11* Tejberizs *7* Banán <i>En: 2481 kj /591 kc; Feh:30,7gr Szh:84gr;Cuk:16,8gr;Só:0,5gr Zsír:13gr;Tzs:1,9gr;Kalc:437,47gr</i> Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezám, Tojás	Zöldségleves *1,3,7,9,10* Szavolyai szelet *1,7* Uborkasaláta <i>En: 2094 kj /499 kc; Feh:27,1gr Szh:67gr;Cuk:3,2gr;Só:0,8gr Zsír:12,3gr;Tzs:0gr;Kalc:145,43gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás	
U z s o n n a	Sonkaszalámi *1* Csészés margarin *7* Teljes kiörlésű zsömlé *1* Kaliforniai paprika <i>En: 682 kj /162 kc; Feh:6,7gr Szh:26gr;Cuk:0gr;Só:0,1gr Zsír:6,5gr;Tzs:1,6gr;Kalc:13,7gr</i> Glutén, Tej	Kakaós csiga *1,3,7* Alma <i>En: 988 kj /235 kc; Feh:5,1gr Szh:39gr;Cuk:6,1gr;Só:0gr Zsír:19,3gr;Tzs:0gr;Kalc:10gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Szalámi ricotta *1,7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kigyóuborka <i>En: 720 kj /171 kc; Feh:8,3gr Szh:25gr;Cuk:0,6gr;Só:0,3gr Zsír:4,9gr;Tzs:1,8gr;Kalc:136,67gr</i> Glutén, Tej	Kolbászkrem *1,6,7,9,10,12* Félbarna kenyér *1* Zöldhagyma <i>En: 1080 kj /257 kc; Feh:6,7gr Szh:3gr;Cuk:0,1gr;Só:0,2gr Zsír:13,3gr;Tzs:4,6gr;Kalc:85,7gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	Zöldfűszeres vajkrém *7* Teljes kiörlésű zsömlé *1* Kaliforniai paprika <i>En: 924 kj /220 kc; Feh:8,6gr Szh:52gr;Cuk:0gr;Só:0,1gr Zsír:0,7gr;Tzs:0,1gr;Kalc:24,1gr</i> Glutén, Tej	
	<i>En: 4594 kj /1094 kc; Feh:51 gr;Szh:175gr;Cuk:10,6gr;Só:0,6gr;Zsír: 23,7 gr;Tzs:2,3 gr;Kalc:451,25 gr</i>	<i>En: 4107 kj /978 kc; Feh:47,2 gr;Szh:107gr;Cuk:16,6gr;Só:1,7gr;Zsír: 49,2 gr;Tzs:5,8 gr;Kalc:443,8 gr</i>	<i>En: 3844 kj /915 kc; Feh:52,7 gr;Szh:158gr;Cuk:30,8gr;Só:1,1gr;Zsír: 18,4 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:445,51 gr</i>	<i>En: 4610 kj /1098 kc; Feh:49,3 gr;Szh:117gr;Cuk:27gr;Só:0,9gr;Zsír:28 ,7 gr;Tzs:6,5 gr;Kalc:583,59 gr</i>	<i>En: 4030 kj /960 kc; Feh:43,6 gr;Szh:157gr;Cuk:16,6gr;Só:1,4gr;Zsír: 18,7 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:554,53 gr</i>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: