

Heti étlap: 2026. 06. 15. - 2026. 06. 19. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2026. 06. 15. hétfő	2026. 06. 16. kedd	2026. 06. 17. szerda	2026. 06. 18. csütörtök	2026. 06. 19. péntek	2026. 06. 20. szombat
T í z ó r a i	<p>Kakaó *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Vajkrém *7*</p> <p><i>En: 1336 kj /318 kc; Feh:13,9gr Szh:51gr;Cuk:10gr;Só:0,6gr Zsír:9,7gr;Tzs:0gr;Kalc:333,72gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Citromos tea *12* Sonkaszalámi *1* Teljes kiörlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Piros retek</p> <p><i>En: 1015 kj /242 kc; Feh:9,1gr Szh:32gr;Cuk:10,2gr;Só:0,2gr Zsír:10,3gr;Tzs:2,4gr;Kalc:13,7gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfitok</i></p>	<p>Citromos tea *12* Túrós rétes *1,3,7*</p> <p><i>En: 1319 kj /314 kc; Feh:10gr Szh:48gr;Cuk:10,1gr;Só:0gr Zsír:8,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0,6gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Szulfitok</i></p>	<p>Tejeskávé *7* Bundáskenyér *1,3*</p> <p><i>En: 1185 kj /282 kc; Feh:13,7gr Szh:25gr;Cuk:10,3gr;Só:0,3gr Zsír:5,1gr;Tzs:0gr;Kalc:297,5gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej</i></p>	<p>Citromos tea *12* Szalámi ricotta *1,7* Teljes kiörlésű zsemle *1* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 1302 kj /310 kc; Feh:11,9gr Szh:63gr;Cuk:10,7gr;Só:0,2gr Zsír:4,9gr;Tzs:1,9gr;Kalc:145,87gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Szulfitok</i></p>	
E b é d	<p>Húsgaluska leves *1,3,7,9,10* Káposztás kocka *1,3* Cseresznye</p> <p><i>En: 2164 kj /515 kc; Feh:21,7gr Szh:87gr;Cuk:2,1gr;Só:0,4gr Zsír:8gr;Tzs:0,6gr;Kalc:237,14gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i></p>	<p>Tojásleves *1,3,7,9* Zöldborsófőzelék *1,7* Rozmaringos sertésragu *1,3*</p> <p><i>En: 2061 kj /491 kc; Feh:35gr Szh:54gr;Cuk:5,4gr;Só:0,7gr Zsír:13,5gr;Tzs:0,1gr;Kalc:195,3gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tojás</i></p>	<p>Csontleves *1,3,7,9,10* Ananászos párolt csirkemell *1,7* Burgonyapüré *7* Csemege uborka *11,12*</p> <p><i>En: 2315 kj /551 kc; Feh:36,7gr Szh:74gr;Cuk:5,6gr;Só:1,2gr Zsír:12gr;Tzs:3,5gr;Kalc:358,16gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezám, Szulfitok, Tojás</i></p>	<p>Gombaleves *1,3,7,9* Bácskai rizshús *3,4,6,7,9* Vegyesvágott savanyú *12*</p> <p><i>En: 2382 kj /567 kc; Feh:27,8gr Szh:75gr;Cuk:0,5gr;Só:1,1gr Zsír:14,7gr;Tzs:2gr;Kalc:416,72gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szulfitok, Gomba, Tojás</i></p>	<p>Hamisgulyásleves *1,3,7,9,10* Sóskamártás burgonya *1,7* Sült csirkecomb</p> <p><i>En: 2382 kj /567 kc; Feh:43,5gr Szh:64gr;Cuk:20,5gr;Só:1,2gr Zsír:15gr;Tzs:0,2gr;Kalc:287,88gr</i></p> <p><i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i></p>	
U z s o n n a	<p>Kenőmájás *1,6* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika</p> <p><i>En: 764 kj /182 kc; Feh:7gr Szh:25gr;Cuk:0,3gr;Só:0,8gr Zsír:5,2gr;Tzs:2gr;Kalc:15,6gr</i></p> <p><i>Glutén, Szójabab</i></p>	<p>Trappista sajt *7* Csészés margarin *7* Teljes kiörlésű zsemle *1* Zöldpaprika</p> <p><i>En: 1420 kj /338 kc; Feh:14gr Szh:53gr;Cuk:0gr;Só:0,4gr Zsír:12gr;Tzs:5gr;Kalc:187,4gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Mackósajt *7* Teljes kiörlésű kifli *1,7* Alma</p> <p><i>En: 716 kj /170 kc; Feh:5,2gr Szh:28gr;Cuk:1,3gr;Só:0,1gr Zsír:5,7gr;Tzs:2,2gr;Kalc:135gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Magyaros vajkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Piros retek</p> <p><i>En: 698 kj /166 kc; Feh:6,6gr Szh:27gr;Cuk:0,4gr;Só:0,3gr Zsír:3,8gr;Tzs:2gr;Kalc:12,8gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej</i></p>	<p>Gyümölcs joghurt(0,12l) *1,7,8* Kifli *1,7*</p> <p><i>En: 856 kj /204 kc; Feh:6,9gr Szh:25gr;Cuk:14,6gr;Só:0,5gr Zsír:3,3gr;Tzs:0gr;Kalc:250gr</i></p> <p><i>Glutén, Tej, Dió</i></p>	
	<p><i>En: 4264 kj /1015 kc; Feh:42,5gr;Szh:163gr;Cuk:12,4gr;Só:1,8gr;Zsír:22,9gr;Tzs:2,7gr;Kalc:586,46gr</i></p>	<p><i>En: 4496 kj /1071 kc; Feh:58,2gr;Szh:140gr;Cuk:15,5gr;Só:1,3gr;Zsír:35,7gr;Tzs:7,4gr;Kalc:396,4gr</i></p>	<p><i>En: 4350 kj /1036 kc; Feh:51,9gr;Szh:149gr;Cuk:17gr;Só:1,3gr;Zsír:26gr;Tzs:5,7gr;Kalc:493,76gr</i></p>	<p><i>En: 4265 kj /1015 kc; Feh:48,2gr;Szh:126gr;Cuk:11,1gr;Só:1,7gr;Zsír:23,6gr;Tzs:4gr;Kalc:727,02gr</i></p>	<p><i>En: 4540 kj /1081 kc; Feh:62,3gr;Szh:152gr;Cuk:45,8gr;Só:1,9gr;Zsír:23,2gr;Tzs:2,1gr;Kalc:683,75gr</i></p>	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmiszervezető: