

Heti étlap: 2026. 09. 01. - 2026. 09. 04. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2026. 09. 01. kedd	2026. 09. 02. szerda	2026. 09. 03. csütörtök	2026. 09. 04. péntek	2026. 09. 05. szombat	2026. 09. 06. vasárnap
T íz ó r a i	Kakaó *7* Vajkrém *7* Búzakorpás diákrúd *1,7* Zöldpaprika <i>En: 1361 kj /324 kc; Feh:14,1gr Szh:53gr;Cuk:10gr;Só:0,6gr Zsír:9,7gr;Tzs:0gr;Kalc:337,32gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Házi gyümölcsös joghurt *7* Teljes kiőrlésű kifli *1,7* <i>En: 865 kj /206 kc; Feh:7,5gr Szh:32gr;Cuk:13,4gr;Só:0gr Zsír:6,5gr;Tzs:2,9gr;Kalc:315gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Karamell *7* Fonottkalács *1,3,7* <i>En: 643 kj /153 kc; Feh:8,6gr Szh:24gr;Cuk:10gr;Só:0gr Zsír:3,8gr;Tzs:0gr;Kalc:295gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7* Tojásrántotta *3* Félbarna kenyér *1* <i>En: 1350 kj /321 kc; Feh:18,9gr Szh:14gr;Cuk:0gr;Só:0,1gr Zsír:5,2gr;Tzs:0gr;Kalc:297,02gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>		
E b é d	Brokkoli krémleves *1,3,7,9* Szavolyai szelet *1,7* Uborkasaláta <i>En: 2275 kj /542 kc; Feh:28,4gr Szh:70gr;Cuk:3,3gr;Só:0,6gr Zsír:16,9gr;Tzs:0gr;Kalc:258,57gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Tojás</i>	Húsleves *1,3,7,9,10* Tavaszi csirke ragu *7* Bulgúr *1,5,6,8,11* Szilva befőtt <i>En: 2144 kj /511 kc; Feh:29,2gr Szh:70gr;Cuk:0,4gr;Só:0,6gr Zsír:9,8gr;Tzs:0,1gr;Kalc:61,2gr</i> <i>Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag, Tojás</i>	Pírtott tésztalesves *1,3,7,9,10* Sóskamártás burgonya *1,7* Pan.Csirkemell *1,3,6* Körte <i>En: 2606 kj /621 kc; Feh:29,4gr Szh:93gr;Cuk:20,1gr;Só:1,1gr Zsír:14,4gr;Tzs:0,1gr;Kalc:276,71gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Gulyásleves *1,3,7,9,10* Káposztás kocka *1,3* Sárgadinnye <i>En: 2185 kj /520 kc; Feh:22,6gr Szh:86gr;Cuk:2,4gr;Só:0,9gr Zsír:7,7gr;Tzs:0,7gr;Kalc:238,23gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>		
U z s o n n a	Sonkaszalámi *1* Csészés margarin *7* Paradicsom Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 896 kj /213 kc; Feh:8,9gr Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:10,2gr;Tzs:2,3gr;Kalc:17gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Mákos rétes *1,3,7* Alma <i>En: 1259 kj /300 kc; Feh:8gr Szh:55gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:14,7gr;Tzs:0gr;Kalc:11gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Méz Csészés margarin *7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 911 kj /217 kc; Feh:4,7gr Szh:36gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:6,6gr;Tzs:1,5gr;Kalc:13,55gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Szalámi ricotta *1,7* Teljes kiőrlésű kenyér *1* Zöldpaprika <i>En: 726 kj /173 kc; Feh:8,2gr Szh:26gr;Cuk:0,6gr;Só:0,3gr Zsír:4,9gr;Tzs:1,8gr;Kalc:135,77gr</i> <i>Glutén, Tej</i>		
	<i>En: 4531 kj /1079 kc; Feh:51,4 gr;Szh:148gr;Cuk:13,3gr;Só:1,5gr;Zsír:36,9 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:612,89 gr</i>	<i>En: 4268 kj /1016 kc; Feh:44,7 gr;Szh:157gr;Cuk:13,9gr;Só:0,6gr;Zsír:31 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:387,2 gr</i>	<i>En: 4160 kj /990 kc; Feh:42,7 gr;Szh:153gr;Cuk:30,1gr;Só:1,4gr;Zsír:24,8 gr;Tzs:1,6 gr;Kalc:585,26 gr</i>	<i>En: 4260 kj /1014 kc; Feh:49,8 gr;Szh:126gr;Cuk:3gr;Só:1,3gr;Zsír:17,8 gr;Tzs:2,5 gr;Kalc:671,02 gr</i>		

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: