

Heti étlap: 2026. 08. 31. - 2026. 09. 06. o / Mapi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Törökszentmiklós Városi Bölcsőde és Főzőkonyha, 5200 Törökszentmiklós, Petőfi út 50.

2026. 08. 31. hétfő	2026. 09. 01. kedd	2026. 09. 02. szerda	2026. 09. 03. csütörtök	2026. 09. 04. péntek	2026. 09. 05. szombat
T Í Z Ó R A I					
Pickwick tea *12* <i>En: 427 kj / 102 kc; Feh: 0 gr</i> <i>Sznh:25 gr; Cuk:25 gr; Só:0 gr</i> <i>Zsír:0 gr; Tzs:0 gr; Kalc:100,58 gr</i>					
Vajkrém <i>En: 89 kj / 21 kc; Feh: 0,5 gr</i> <i>Sznh:0 gr; Cuk:0,2 gr; Só:0,1 gr</i> <i>Zsír:2 gr; Tzs:1,3 gr; Kalc:21,6 gr</i>					
Teljes kiőrlésű kenyér *1* <i>En: 500 kj / 119 kc; Feh: 5,7 gr</i> <i>Sznh:31 gr; Cuk:0,1 gr; Só:0,6 gr</i> <i>Zsír:1,4 gr; Tzs:0,4 gr; Kalc:167,5</i>					
Paradicsom <i>En: 29 kj / 7 kc; Feh: 0,3 gr</i> <i>Sznh:1 gr; Cuk:0 gr; Só:0 gr</i> <i>Zsír:0,1 gr; Tzs:0 gr; Kalc:2,7 gr</i>					
<i>En: 1045 kj /249 kc; Feh:6,5gr</i> <i>Sznh:57gr;Cuk:25,3gr;Só:0,7gr</i> <i>Zsír:3,5gr;Tzs:1,7gr;Kalc:292,38gr</i>					
E B É D					
Gulyásleves *1,3,9* <i>En: 911 kj / 217 kc; Feh: 11,9 gr</i> <i>Sznh:23 gr; Cuk:0,2 gr; Só:0,7 gr</i> <i>Zsír:4,1 gr; Tzs:0,1 gr; Kalc:36,22</i>					
Sajtos-tejfölös tészta (spagetti) *7* <i>En: 1052 kj / 250 kc; Feh: 15,5 gr</i> <i>Sznh:37 gr; Cuk:0,6 gr; Só:1,3 gr</i> <i>Zsír:4,9 gr; Tzs:4,1 gr;</i>					

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2026. 08. 27.

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 3 oldal

2026. 08. 31. hétfő	2026. 09. 01. kedd	2026. 09. 02. szerda	2026. 09. 03. csütörtök	2026. 09. 04. péntek	2026. 09. 05. szombat
E B É D					
Alma En: 342 kj / 81 kc; Feh: 0,4 gr Szh:10 gr; Cuk:0 gr; Só:0 gr Zsír:0,9 gr; Tzs:0 gr; Kalc:15 gr					
En: 2305 kj /548 kc; Feh:27,8gr Szh:70gr;Cuk:0,8gr;Só:2gr Zsír:9,9gr;Tzs:4,2gr;Kalc:212,48gr					
U Z S O N N A					
Tej *7* En: 70 kj / 17 kc; Feh: 0,8 gr Szh:1 gr; Cuk:0 gr; Só:0 gr Zsír:0,9 gr; Tzs:0 gr; Kalc:28,75 gr					
Csemege szalámi En: 491 kj / 117 kc; Feh: 5,1 gr Szh:0 gr; Cuk:0 gr; Só:0 gr Zsír:11,2 gr; Tzs:0 gr; Kalc:4,5 gr					
Liga margarin - En: 111 kj / 26 kc; Feh: 0 gr Szh:0 gr; Cuk:0 gr; Só:0,1 gr Zsír:3 gr; Tzs:0,9 gr; Kalc:27 gr					
Félbarna kenyér *1,3* En: 706 kj / 168 kc; Feh: 5,2 gr Szh:34 gr; Cuk:0,1 gr; Só:0,9 gr Zsír:0,6 gr; Tzs:0,2 gr; Kalc:9 gr					
Kigyóuborka En: 37 kj / 9 kc; Feh: 0,3 gr Szh:1 gr; Cuk:0 gr; Só:0 gr Zsír:0 gr; Tzs:0 gr; Kalc:4,5 gr					
En: 1415 kj /337 kc; Feh:11,4gr Szh:36gr;Cuk:0,1gr;Só:1gr Zsír:15,7gr;Tzs:1,1gr;Kalc:73,75gr					

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2026. 08. 31. hétfő	2026. 09. 01. kedd	2026. 09. 02. szerda	2026. 09. 03. csütörtök	2026. 09. 04. péntek	2026. 09. 05. szombat
En: 4765 kj /1134 kc; Feh:45,7gr Sznh:163gr;Cuk:26,2gr;Só:3,7gr; Zsír:29,1gr;Tzs:7gr;Kalc:578,61gr					

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: