

Heti étlap: 2026. 10. 19. - 2026. 10. 23. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2026. 10. 19. hétfő	2026. 10. 20. kedd	2026. 10. 21. szerda	2026. 10. 22. csütörtök	2026. 10. 23. péntek	2026. 10. 24. szombat
T í z ó r a i	Karamell *7* Briós *1,3,7* Csészés margarin *7* <i>En: 1469 kj /350 kc; Feh:13,7gr Szh:58gr;Cuk:10gr;Só:0gr Zsír:12,3gr;Tzs:1gr;Kalc:331,2gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Tej (pasztörözött; 1,5 %) *7* Sertés májkrém *6,9,10* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kaliforniai paprika <i>En: 1332 kj /317 kc; Feh:15,9gr Szh:44gr;Cuk:0,4gr;Só:0,7gr Zsír:9gr;Tzs:2,1gr;Kalc:251,3gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i>	Citromos tea *12* Bundáskenyér *1,3* <i>En: 774 kj /184 kc; Feh:6gr Szh:13gr;Cuk:10,1gr;Só:0,3gr Zsír:1,7gr;Tzs:0gr;Kalc:25,67gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szulfítok</i>	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> <i>Glutén, Tej</i>		
E b é d	Csontleves *1,3,7,9,10* Székelkáposzta *1,7* Banán <i>En: 1808 kj /431 kc; Feh:22,9gr Szh:45gr;Cuk:0,4gr;Só:1,3gr Zsír:15gr;Tzs:0gr;Kalc:330,42gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Pirított tésztaleves *1,3,7,9,10* Paradicsomos húsgombóc *1,3* <i>En: 1855 kj /442 kc; Feh:21gr Szh:70gr;Cuk:20,4gr;Só:1gr Zsír:6,3gr;Tzs:0,7gr;Kalc:54,06gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tojás</i>	Frankfurti leves *1,3,6,7,9* Tejberizs *7* Körte <i>En: 2437 kj /580 kc; Feh:22,7gr Szh:87gr;Cuk:15,9gr;Só:0,5gr Zsír:15,4gr;Tzs:1,8gr;Kalc:457,32gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Tojás</i>	Gombaleves *1,3,7,9* Bolognai spagetti *1,3,7,9,10* Alma <i>En: 2530 kj /602 kc; Feh:31,9gr Szh:74gr;Cuk:3,4gr;Só:1,1gr Zsír:18,6gr;Tzs:5gr;Kalc:459,95gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Gomba, Tojás</i>		
U z s o n n a	Teljes kiörlésű kenyér *1* Tojáskrém *3,7* Kígyóuborka <i>En: 886 kj /211 kc; Feh:7,2gr Szh:24gr;Cuk:0,1gr;Só:0,2gr Zsír:7,5gr;Tzs:3,7gr;Kalc:31,1gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Mackósajt *7* Zsemle *1* Alma <i>En: 948 kj /226 kc; Feh:5,6gr Szh:41gr;Cuk:1,3gr;Só:0,3gr Zsír:4,5gr;Tzs:2,2gr;Kalc:136gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Pulykasonka Teljes kiörlésű kenyér *1* Csészés margarin *7* Kígyóuborka <i>En: 855 kj /204 kc; Feh:9,2gr Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,2gr Zsír:7,3gr;Tzs:1,5gr;Kalc:17,3gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Magyaros vajkrém *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Piros retek <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> <i>Glutén, Tej</i>		
	<i>En: 4163 kj /991 kc; Feh:43,8 gr;Szh:128gr;Cuk:10,5gr;Só:1,5gr;Zsír:34,7 gr;Tzs:4,7 gr;Kalc:692,72 gr</i>	<i>En: 4135 kj /984 kc; Feh:42,6 gr;Szh:154gr;Cuk:22,1gr;Só:2gr;Zsír:19,8 gr;Tzs:5 gr;Kalc:441,35 gr</i>	<i>En: 4066 kj /968 kc; Feh:38 gr;Szh:125gr;Cuk:26gr;Só:1,1gr;Zsír:24,4 gr;Tzs:3,3 gr;Kalc:500,3 gr</i>	<i>En: 4241 kj /1010 kc; Feh:46,6 gr;Szh:139gr;Cuk:17,2gr;Só:2gr;Zsír:28,1 gr;Tzs:9,9 gr;Kalc:857,75 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: