

Heti étlap: 2017.11.01. - 2017.11.07. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.sz. Konyha

2017.11.01. szerda

2017.11.02. csütörtök

2017.11.03. péntek

2017.11.04. szombat

2017.11.05. vasárnap

2017.11.06. hétfő

2017.11.07. kedd

Ebéd	Meggyleves Sült oldalas Hagymás burgonya Párolt káposzta	Francia hagymaleves Natúr csirkemell Kukoricás rizs Cékla	Májgaluska leves Mákos-dejós tészta Mandarin	Grízgaluska leves Finom főzelék Sajttal töltött pulykamell	Fahéjas szilvaleves Mandulás rántott szelet Burgonya püré Csemege uborka		
Tápérték össz.	En: 8759 kj /2085 kc Fehérje: 88,5 gr Szh.: 151,6 gr Cuk:38,7gr Só:10,5 gr Zsír:128,2 gr Tzs:0 gr	En: 5140 kj /1224 kc Fehérje: 55,4 gr Szh.: 148,9 gr Cuk:12,7gr Só:11,3 gr Zsír:46,3 gr Tzs:0 gr	En: 7516 kj /1789 kc Fehérje: 56,4 gr Szh.: 228,7 gr Cuk:41,4gr Só:19,8 gr Zsír:77,2 gr Tzs:0 gr	En: 7081 kj /1686 kc Fehérje: 30,5 gr Szh.: 102,3 gr Cuk:19gr Só:5,5 gr Zsír:127 gr Tzs:0 gr	En: 6086 kj /1449 kc Fehérje: 43,8 gr Szh.: 182,6 gr Cuk:25gr Só:4,9 gr Zsír:58,5 gr Tzs:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Dió, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

Heti étlap: 2017.11.06. - 2017.11.12. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.sz. Konyha

	2017.11.06. hétfő	2017.11.07. kedd	2017.11.08. szerda	2017.11.09. csütörtök	2017.11.10. péntek	2017.11.11. szombat	2017.11.12. vasárnap
Ebéd	Káposzta leves Bácskai rizses hús Őszibarack befőtt	Lebbencsleves Tökfőzelék Fasírt Müzli szelet	Savanyú burgonya leves Rántott hal Párolt rizs Káposzta saláta	Karalábé leves Rakott burgonya	Jókai bableves Almás rácsos	Halászlé Túrós tészta tepertővel Banán	Karfiol leves Lecsós csirkecomb Párolt rizs
Tápérték össz.	En: 4590 kj /1093 kc Fehérje: 42,3 gr Szh.: 131,8 gr Cuk:0,4gr Só:5,1 gr Zsír:44,2 gr Tzs:0 gr	En: 4748 kj /1131 kc Fehérje: 37,1 gr Szh.: 117,6 gr Cuk:21,2gr Só:8,7 gr Zsír:56,3 gr Tzs:0 gr	En: 7074 kj /1684 kc Fehérje: 62,7 gr Szh.: 180,2 gr Cuk:20,6gr Só:10 gr Zsír:78,9 gr Tzs:0 gr	En: 5510 kj /1312 kc Fehérje: 38,9 gr Szh.: 112,2 gr Cuk:5,8gr Só:5 gr Zsír:72,7 gr Tzs:0 gr	En: 2533 kj /603 kc Fehérje: 22,6 gr Szh.: 43,7 gr Cuk:8,3gr Só:5,6 gr Zsír:38,2 gr Tzs:0 gr	En: 8160 kj /1943 kc Fehérje: 108 gr Szh.: 153,7 gr Cuk:1,4gr Só:5,8 gr Zsír:101,9 gr Tzs:0 gr	En: 8203 kj /1953 kc Fehérje: 87,6 gr Szh.: 244,7 gr Cuk:15,4gr Só:14,2 gr Zsír:68,1 gr Tzs:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej	Glutén, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

Heti étlap: 2017.11.13. - 2017.11.19. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.sz. Konyha

	2017.11.13. hétfő	2017.11.14. kedd	2017.11.15. szerda	2017.11.16. csütörtök	2017.11.17. péntek	2017.11.18. szombat	2017.11.19. vasárnap
Ebéd	Palóc leves Grízes tészta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pírtott dara	Sárgaborsó krémleves Fokhagymás tarja Burgonya krokett Csemege uborka	Zellerkrém leves Levesgyöngy Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel	Gulyásleves Túrós derelye Mandarin	Zöldséges burgonya leves Rakott karfiol	Köménymag leves Levesgyöngy Paradicsomos hús gombóc
Tápérték össz.	En: 5602 kj /1334 kc Fehérje: 44,7 gr Szh.: 216,4 gr Cuk:31,4gr Só:5,1 gr Zsír:47,3 gr Tzs:0 gr	En: 4333 kj /1032 kc Fehérje: 51,2 gr Szh.: 108,8 gr Cuk:41,7gr Só:6,1 gr Zsír:45,9 gr Tzs:0 gr	En: 8391 kj /1998 kc Fehérje: 51,4 gr Szh.: 65,4 gr Cuk:4,1gr Só:9,6 gr Zsír:166,7 gr Tzs:0 gr	En: 5541 kj /1319 kc Fehérje: 34,2 gr Szh.: 125,9 gr Cuk:1,9gr Só:7,5 gr Zsír:75,6 gr Tzs:0 gr	En: 4461 kj /1062 kc Fehérje: 41,5 gr Szh.: 140,3 gr Cuk:23gr Só:7,4 gr Zsír:36 gr Tzs:0 gr	En: 4890 kj /1164 kc Fehérje: 45 gr Szh.: 105,5 gr Cuk:1,8gr Só:5,1 gr Zsír:60,5 gr Tzs:0 gr	En: 4470 kj /1064 kc Fehérje: 24,6 gr Szh.: 97,6 gr Cuk:44,5gr Só:4,7 gr Zsír:63,4 gr Tzs:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

Heti étlap: 2017.11.20. - 2017.11.26. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.sz. Konyha

	2017.11.20. hétfő	2017.11.21. kedd	2017.11.22. szerda	2017.11.23. csütörtök	2017.11.24. péntek	2017.11.25. szombat	2017.11.26. vasárnap
Ebéd	Zöldbab leves Lassagne Kiwi	Tavaszi zöldségleves Szárzabab főzelék Sült kolbász	Brokkoli főzelék Grill csirkecomb Mexicói köles Őszibarack befőtt	Grízgaluska leves Lecsós natúr szelet Burgonya püré	ABC tészta leves Rakott zöldbab	Tárkonyos pulykaragu Fánk	Korhely leves Csülkös pacal Főtt burgonya Csemege uborka
Tápérték össz.	En: 6994 kj /1665 kc Fehérje: 73,9 gr Szh.: 194,7 gr Cuk:19,3gr Só:6,1 gr Zsír:78,1 gr Tzs:0 gr	En: 10577 kj /2518 kc Fehérje: 106,6 gr Szh.: 147 gr Cuk:17,8gr Só:5,2 gr Zsír:168,9 gr Tzs:0 gr	En: 5358 kj /1276 kc Fehérje: 55 gr Szh.: 106,5 gr Cuk:0,2gr Só:4,1 gr Zsír:70 gr Tzs:0 gr	En: 6679 kj /1590 kc Fehérje: 53,9 gr Szh.: 151,7 gr Cuk:4gr Só:7,6 gr Zsír:82,5 gr Tzs:0 gr	En: 4510 kj /1074 kc Fehérje: 51,1 gr Szh.: 226,9 gr Cuk:2gr Só:4,6 gr Zsír:47 gr Tzs:0 gr	En: 7445 kj /1773 kc Fehérje: 49,1 gr Szh.: 154,5 gr Cuk:31,5gr Só:0,5 gr Zsír:110 gr Tzs:0 gr	En: 5435 kj /1294 kc Fehérje: 76,5 gr Szh.: 84,4 gr Cuk:3,9gr Só:8,7 gr Zsír:70,6 gr Tzs:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tej	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2017.11.27. - 2017.12.03. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.sz. Konyha

2017.11.27. hétfő

2017.11.28. kedd

2017.11.29. szerda

2017.11.30. csütörtök

2017.12.01. péntek

2017.12.02. szombat

2017.12.03. vasárnap

	2017.11.27. hétfő	2017.11.28. kedd	2017.11.29. szerda	2017.11.30. csütörtök	2017.12.01. péntek	2017.12.02. szombat	2017.12.03. vasárnap
Ebéd	Csurgatott tojásleves Milánói makaróni Mandarin	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt Túró rudi 30 gr	Paradicsom leves Rántott hal Kukoricás rizs Cékla	Bakonyi betyárleves Szilvadzsemes töltellini			
Tápérték össz.	En: 3565 kj /849 kc Fehérje: 44,4 gr Szh.: 45,7 gr Cuk:10,6gr Só:6,2 gr Zsír:50,8 gr Tzs:0 gr	En: 8367 kj /1992 kc Fehérje: 48,8 gr Szh.: 169 gr Cuk:54,3gr Só:6,3 gr Zsír:122,7 gr Tzs:0 gr	En: 7248 kj /1726 kc Fehérje: 62,2 gr Szh.: 196,7 gr Cuk:51gr Só:9,3 gr Zsír:76,2 gr Tzs:0 gr	En: 5370 kj /1279 kc Fehérje: 83,3 gr Szh.: 121,8 gr Cuk:10,1gr Só:3,4 gr Zsír:36,4 gr Tzs:0 gr			
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller			

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás