

**Heti étlap: 2017.12.01. - 2017.12.03. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2017.12.01. péntek	2017.12.02. szombat	2017.12.03. vasárnap	2017.12.04. hétfő	2017.12.05. kedd	2017.12.06. szerda	2017.12.07. csütörtök
<b>Reggeli</b>	Karamellás tej, tea Kalács cifra 250 gr Margarin	Tej, tea Bundás kenyér, trappista sajt	Tea Sült szalonna, kenyér Lilahagyma				
<b>Ebéd</b>	Babgulyás Tejbegriz	Meggyeles Csülkös pacal Főtt burgonya Csemege uborka	Kavartgaluska leves Csikós tokány Szarvacska tészta				
<b>Vacsora</b>	Tea Kifli tejes 50 gr Májkrem Zöldpaprika	Tea Kenyer fehér Vajkrem natúr Felvágott lönchús Retek hónapos	Tea Kenyer fehér Margarin Felvágott párizsi Tejföl 20 % poharas				
<b>Tápérték össz.</b>	En: 18756 kj /4466 kc Fehérje: 175,6 gr Szh.: 523,5 gr Cuk:120,9gr Só:5,8 gr Zsír:176,2 gr Tzs:0 gr	En: 20273 kj /4827 kc Fehérje: 165,1 gr Szh.: 348,1 gr Cuk:82,2gr Só:10,8 gr Zsír:292,2 gr Tzs:0 gr	En: 17782 kj /4234 kc Fehérje: 92,5 gr Szh.: 359,7 gr Cuk:65gr Só:14,3 gr Zsír:266,2 gr Tzs:0 gr				
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

**Heti étlap: 2017.12.04. - 2017.12.10. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2017.12.04. hétfő	2017.12.05. kedd	2017.12.06. szerda	2017.12.07. csütörtök	2017.12.08. péntek	2017.12.09. szombat	2017.12.10. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kalács fonott 500 gr. Gyümölcsös túró	Kakaó, tea Briós 50 gr Margarin	Tej, tea Kenyér fehér Margarin Szalámi turista Uborka	Tejeskávé, tea Puffancs 50 gr. Margarin	Kakaó, tea Kifli sajtós 50 gr Vajkrém natúr Zöldpaprika	Kakaó, tea Sajtós rúd 50 gr.	Tea Sajtós omlett Kenyér fehér Paradicsom
<b>Ebéd</b>	ABC tészta leves Rakott zöldbab	Húsleves Székelykáposzta Müzli szelet	Burgonya krokett Csalamádé Mikulás Vegyes gyümölcsleves Rántott csirkemell	Zöldborsó leves Paradicsomos hús gombóc	Gulyásleves Szilvadzsemes töltellini	Rizs leves Zöldbab főzelék Sült kolbász	Spárgakrém leves Bácskai rizses hús Csemege uborka
<b>Vacsora</b>	Tea Kenyér fehér Szalonna császár főtt Zöldpaprika Tojás	Brassói apró pecsenye Csemege uborka Mandarin	Tea Kukoricás buci Sajtkrém Felvágott zala Paradicsom	Grill csirkecomb Hagymás burgonya Savanyú káposzta Alma	Kenyér fehér Libapástétom 130 gr. Kefír Uborka	Tea Kenyér fehér Tepertőkrém Zöldpaprika	Tea Kenyér fehér Rakott fej Uborka
<b>Tápérték össz.</b>	En: 9252 kj /2203 kc Fehérje: 502,2 gr Szh.: 411,1 gr Cuk:68,9gr Só:7,3 gr Zsír:71,4 gr Tzs:0 gr	En: 16119 kj /3838 kc Fehérje: 139,3 gr Szh.: 315,3 gr Cuk:75,2gr Só:5,9 gr Zsír:221,2 gr Tzs:0 gr	En: 14023 kj /3339 kc Fehérje: 120,7 gr Szh.: 300,4 gr Cuk:90,3gr Só:7,7 gr Zsír:180,7 gr Tzs:0 gr	En: 14729 kj /3507 kc Fehérje: 131 gr Szh.: 348,3 gr Cuk:70,2gr Só:9,7 gr Zsír:171,2 gr Tzs:0 gr	En: 11098 kj /2642 kc Fehérje: 100,9 gr Szh.: 321,2 gr Cuk:86,7gr Só:9,2 gr Zsír:100,5 gr Tzs:0 gr	En: 20177 kj /4804 kc Fehérje: 164,4 gr Szh.: 451,7 gr Cuk:123,4gr Só:6,4 gr Zsír:273,6 gr Tzs:0 gr	En: 9934 kj /2365 kc Fehérje: 86,4 gr Szh.: 300,2 gr Cuk:63,7gr Só:9,5 gr Zsír:77,6 gr Tzs:0 gr
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2017.12.11. - 2017.12.17. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2017.12.11. hétfő	2017.12.12. kedd	2017.12.13. szerda	2017.12.14. csütörtök	2017.12.15. péntek	2017.12.16. szombat	2017.12.17. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Kakaó, tea Kenyér fehér Túrókrém sárgarépas Felvágott toast sonka Paradicsom	Kakaó, tea Kifli sajtos 50 gr Kenőmájas Retek jégcsap	Tej, tea Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tejeskávé, tea Túrós batyú 70 gr	Kakaó, tea Zsemle 54 gr Vajkrém magyaros Felvágott sajtos párizsi Zöldpaprika	Karamellás tej, tea Sajtos pogácsa	Tea Kolbászos rántotta, kenyér
<b>Ebéd</b>	Kertész leves Bolognai Spagetti tészta Kiwi	Lebbencsleves Kelkáposzta főzelék Fokhagymás tarja	Paradicsom leves Rántott hal Kukoricás rizs Tartár mártás	Gombakrém leves Rakott burgonya	Buzsáki leves Csodagombóc	Tavaszi húisleves csirkemellel Gránátos kocka	Kavartgaluska leves Rakott karfiol Narancs
<b>Vacsora</b>	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott májusi csemege Zöldpaprika	Túrós tészta tepertővel Alma	Tea Zsemle 54 gr Margarin Szalámi turista Retek jégcsap	Tökfőzelék Fokhagymás tarja	Tea	Tea Kenyér fehér Kenőmájas 10 dkg Zöldpaprika	Tea Kenyér fehér Szalonna rakott erdélyi Paradicsom Tojás
<b>Tápérték össz.</b>	En: 15610 kj /3717 kc Fehérje: 139,8 gr Szh.: 469 gr Cuk:114gr Só:14,8 gr Zsír:147,3 gr Tzs:0 gr	En: 20830 kj /4960 kc Fehérje: 164,2 gr Szh.: 406,2 gr Cuk:72,2gr Só:14,2 gr Zsír:292,9 gr Tzs:0 gr	En: 19254 kj /4584 kc Fehérje: 136,9 gr Szh.: 460 gr Cuk:98,4gr Só:10,9 gr Zsír:239 gr Tzs:0 gr	En: 19470 kj /4636 kc Fehérje: 138 gr Szh.: 331,6 gr Cuk:55,1gr Só:14,8 gr Zsír:294,1 gr Tzs:0 gr	En: 12166 kj /2897 kc Fehérje: 101,3 gr Szh.: 370,5 gr Cuk:127,1gr Só:7,3 gr Zsír:109 gr Tzs:0 gr	En: 12419 kj /2957 kc Fehérje: 126,7 gr Szh.: 340,5 gr Cuk:60,6gr Só:15,9 gr Zsír:123 gr Tzs:0 gr	En: 11333 kj /2698 kc Fehérje: 89,4 gr Szh.: 243,8 gr Cuk:61,9gr Só:8,9 gr Zsír:134,5 gr Tzs:0 gr
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

**Heti étlap: 2017.12.18. - 2017.12.24. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2017.12.18. hétfő	2017.12.19. kedd	2017.12.20. szerda	2017.12.21. csütörtök	2017.12.22. péntek	2017.12.23. szombat	2017.12.24. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér búzakorpás Virslis, mustár	Kakaó, tea Sajtos pogácsa	Tej, tea Kakaós csiga	Tejeskávé, tea Briós 50 gr Mézes margarin	Kakaó, tea Kenyér fehér Tojáskrém Zöldpaprika		
<b>Ebéd</b>	Szárazbab leves füstölt hússal Sajtos - tejfölös tészta Narancs	Tarhonya leves Zöldborsó főzelék Sajttal töltött pulykamell	Karfiol leves Lecsós csirkecomb Párolt rizs	Grízgaluska leves Tarhonyás hús Cékla	Frankfurti leves Túrógombóc Szaloncukor		
<b>Vacsora</b>	Tea Kenyér fehér Bácskai hurka Uborka	Sült oldalas Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott párizsi Krémtúró	Túrógombóc Üdítő 2 dl Bravó Mandarin	Tea Kenyér fehér Szalámi diákcsemege Savanyú káposzta Vajkrém natúr		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 11437 kj /2723 kc Fehérje: 100,8 gr Szh.: 341 gr Cuk:64,5gr Só:11,1 gr Zsír:111,6 gr Tzs:0 gr	En: 17958 kj /4276 kc Fehérje: 178,9 gr Szh.: 396,6 gr Cuk:116,2gr Só:15,2 gr Zsír:218,8 gr Tzs:0 gr	En: 17802 kj /4238 kc Fehérje: 157,6 gr Szh.: 487,6 gr Cuk:60,7gr Só:16,3 gr Zsír:177,7 gr Tzs:0 gr	En: 15019 kj /3576 kc Fehérje: 121,6 gr Szh.: 389,1 gr Cuk:66,1gr Só:8,6 gr Zsír:169,3 gr Tzs:0 gr	En: 15153 kj /3608 kc Fehérje: 113,8 gr Szh.: 418,5 gr Cuk:127,3gr Só:11,4 gr Zsír:156,7 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

**Heti étlap: 2017.12.25. - 2017.12.31. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2017.12.25. hétfő	2017.12.26. kedd	2017.12.27. szerda	2017.12.28. csütörtök	2017.12.29. péntek	2017.12.30. szombat	2017.12.31. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Sült szalonna, főtt tojás, kenyér Paradicsom	Tea Főzőkolbász, kenyér, mustár	Tea Kenyer fehér Sajtkrém Felvágott kemencés húskenyér Lilahagyma	Tej, tea Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Karamellás tej, tea Kenyer búzakorpás Szalonna császár főtt Zöldpaprika	Kakaó, tea Zsemle 54 gr Margarin Felvágott zala Paradicsom	Tea Kenyer fehér Virsli, mustár
<b>Ebéd</b>	Húsleves Sült pulyka Hagymás burgonya Párolt káposzta Narancs	Zöldséges burgonya leves Töltött káposzta	Tavaszi zöldségleves Sárgaborsó főzelék Sült kolbász Alma	Paradicsom leves Marhapörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt Kiwi	Zöldbab leves Betyáros Rétes almás, túrós, meggyes	Korhely leves Sült sertés csülök Petrezselymes burgonya Csemege uborka
<b>Uzsonna</b>				Tavaszi rizses hús Csemege uborka			
<b>Vacsora</b>	Tea Kenyer fehér Sajt tömlős 5 dkg Füstölt kolbász Retek jégcsap	Mandulás rántott szelet Párolt rizs , gomba Őszibarack befőtt	Tej, tea Kenyer fehér Kenőmájas 10 dkg Uborka		Tea Kenyer fehér Felvágott párizsi Uborka Tejföl 20 % poharas	Tea Kenyer fehér Disznósajt Paradicsom	Tea Kenyer fehér Kocsonya
<b>Tápérték össz.</b>	En: 16253 kj /3870 kc Fehérje: 57,1 gr Szh.: 316,3 gr Cuk:72,4gr Só:15,6 gr Zsír:265 gr Tzs:0 gr	En: 12565 kj /2992 kc Fehérje: 106,1 gr Szh.: 294,9 gr Cuk:34,5gr Só:11,7 gr Zsír:151 gr Tzs:0 gr	En: 18929 kj /4507 kc Fehérje: 186 gr Szh.: 362,3 gr Cuk:47,5gr Só:9,2 gr Zsír:252,9 gr Tzs:0 gr	En: 17823 kj /4243 kc Fehérje: 154 gr Szh.: 468,5 gr Cuk:62,3gr Só:15,9 gr Zsír:197,6 gr Tzs:0 gr	En: 14497 kj /3452 kc Fehérje: 521,3 gr Szh.: 354,5 gr Cuk:80,9gr Só:9,2 gr Zsír:176,6 gr Tzs:0 gr	En: 15675 kj /3732 kc Fehérje: 116,3 gr Szh.: 495,3 gr Cuk:107,3gr Só:8,5 gr Zsír:157 gr Tzs:0 gr	En: 14778 kj /3518 kc Fehérje: 118,6 gr Szh.: 298,1 gr Cuk:67,5gr Só:19,3 gr Zsír:200,2 gr Tzs:0 gr
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2017.12.18. - 2017.12.24. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2017.12.18. hétfő	2017.12.19. kedd	2017.12.20. szerda	2017.12.21. csütörtök	2017.12.22. péntek	2017.12.23. szombat	2017.12.24. vasárnap
<b>Reggeli</b>						Karamellás tej, tea Kalács kakaós 500 gr Margarin	Kakaó, tea Kenyér fehér Vajkrém magyaros Felvágott lönchshús Retek jégcsap
<b>Ebéd</b>						Halászlé Túrós tészta tepertővel Alma	Tejfölös gomba leves Töltött csirkecomb Párolt rizs Meggy befőtt 5/1 Szaloncukor
<b>Vacsora</b>						Tea Zsemle 54 gr Körözött 5 dkg Felvágott zala Paradicsom	Tea Kenyér fehér Szalonna rakott erdélyi Uborka
<b>Tápérték össz.</b>						En: 16093 kj /3832 kc Fehérje: 171,8 gr Szh.: 370,6 gr Cuk:66gr Só:11,2 gr Zsír:182,9 gr Tzs:0 gr	En: 15056 kj /3585 kc Fehérje: 162 gr Szh.: 444,2 gr Cuk:109,4gr Só:40,2 gr Zsír:131,7 gr Tzs:0 gr
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>						Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás