

**Heti étlap: 2018.04.02. - 2018.04.08. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

2018.04.02. hétfő

2018.04.03. kedd

2018.04.04. szerda

2018.04.05. csütörtök

2018.04.06. péntek

2018.04.07. szombat

2018.04.08. vasárnap

<b>Ebéd</b>		Francia hagymaleves Pírított kenyérkocka Sajt trappista Borsos tokány Olasz csavart tészta	Őszibarack krémleves Mandulás rántott szelet Burgonya krokett Csemege uborka	Húsleves Rakott savanyú káposzta	Karfiol leves Tavaszi rizses hús Cékla		
<b>Tápérték össz.</b>		En: 3485 kj /830 kc Fehérje: 34,3 gr Szh.: 90,7 gr Cuk:1,2gr Só:5,5 gr Zsír:39 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5167 kj /1230 kc Fehérje: 26,5 gr Szh.: 118 gr Cuk:71,9gr Só:1,5 gr Zsír:72,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3010 kj /717 kc Fehérje: 20,5 gr Szh.: 38 gr Cuk:1,1gr Só:4 gr Zsír:53,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3697 kj /880 kc Fehérje: 39,4 gr Szh.: 108,4 gr Cuk:8,7gr Só:4,4 gr Zsír:32,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>		Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

**Heti étlap: 2018.04.09. - 2018.04.15. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

	2018.04.09. hétfő	2018.04.10. kedd	2018.04.11. szerda	2018.04.12. csütörtök	2018.04.13. péntek	2018.04.14. szombat	2018.04.15. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Káposzta leves Milánói makaróni	Lebbencsleves Zöldborsó főzelék Sült virsli	Zellerkrém leves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur	Sárgaborsó krémleves Natúr sertés szelet Párolt rizs Vadas mártás	Legényfogó leves Túrógombóc		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 2142 kj /510 kc Fehérje: 28,4 gr Szh.: 27,8 gr Cuk:5,8gr Só:4,3 gr Zsír:30,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5525 kj /1316 kc Fehérje: 38 gr Szh.: 127,5 gr Cuk:31,2gr Só:6,5 gr Zsír:74,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4908 kj /1168 kc Fehérje: 35,4 gr Szh.: 36,6 gr Cuk:1gr Só:1,6 gr Zsír:46,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4641 kj /1105 kc Fehérje: 41,8 gr Szh.: 130 gr Cuk:1,1gr Só:7,1 gr Zsír:46,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2819 kj /671 kc Fehérje: 34,5 gr Szh.: 67,4 gr Cuk:18,4gr Só:4,2 gr Zsír:28,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

**Heti étlap: 2018.04.16. - 2018.04.22. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

	2018.04.16. hétfő	2018.04.17. kedd	2018.04.18. szerda	2018.04.19. csütörtök	2018.04.20. péntek	2018.04.21. szombat	2018.04.22. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Zöldbab leves Tarhonyás hús Csemege uborka	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt zabpelyhes Alma	Zöldborsó leves Rántott csirkemell Kukoricás köles Vegyes befőtt	Köménymag leves Levesgyöngy Gombás pulykaragu Színes penne tészta	Fahéjas szilvaleves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka	Gulyásleves Grízes tészta	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3253 kj /774 kc Fehérje: 35,1 gr Szh.: 128,4 gr Cuk:7,4gr Só:4,5 gr Zsír:27,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5505 kj /1311 kc Fehérje: 29,8 gr Szh.: 99,3 gr Cuk:7,7gr Só:3,6 gr Zsír:87,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4993 kj /1189 kc Fehérje: 41,8 gr Szh.: 141,6 gr Cuk:0,1gr Só:3,5 gr Zsír:48,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3765 kj /896 kc Fehérje: 42,3 gr Szh.: 87,8 gr Cuk:1,2gr Só:5,9 gr Zsír:43,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4383 kj /1044 kc Fehérje: 22,8 gr Szh.: 125 gr Cuk:19gr Só:4,5 gr Zsír:50,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4097 kj /975 kc Fehérje: 34,1 gr Szh.: 148 gr Cuk:26,6gr Só:5,5 gr Zsír:28,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

**Heti étlap: 2018.04.23. - 2018.04.29. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

	2018.04.23. hétfő	2018.04.24. kedd	2018.04.25. szerda	2018.04.26. csütörtök	2018.04.27. péntek	2018.04.28. szombat	2018.04.29. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Korhelyleves füstölt tarjával Sajtos - tejfölös tészta	Tarhonya leves Finom főzelék Húskrokett Mandarin	Paradicsom leves Pan. Halrúd Párolt rizs Majonézes kukorica	Kertész leves Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Derecskei betyárgulyás Lekváros derelye		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3526 kj /840 kc Fehérje: 35,1 gr Szh.: 94,8 gr Cuk:1,7gr Só:6,1 gr Zsír:38,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3923 kj /934 kc Fehérje: 31,2 gr Szh.: 108,9 gr Cuk:11,1gr Só:4,9 gr Zsír:41,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5939 kj /1414 kc Fehérje: 21,9 gr Szh.: 145,8 gr Cuk:31,1gr Só:5,1 gr Zsír:84,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2924 kj /696 kc Fehérje: 30,3 gr Szh.: 98,6 gr Cuk:1,9gr Só:6 gr Zsír:23,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1103 kj /263 kc Fehérje: 17,5 gr Szh.: 18 gr Cuk:6,6gr Só:2,8 gr Zsír:13,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás