

**Heti étlap: 2018.03.01. - 2018.03.04. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

	2018.03.01. csütörtök	2018.03.02. péntek	2018.03.03. szombat	2018.03.04. vasárnap	2018.03.05. hétfő	2018.03.06. kedd	2018.03.07. szerda
<b>Ebéd</b>	Tarhonya leves Finom főzelék Fasírt	Csalamádé Fahéjas szilvaleves Bácskai rizses hús Csalamádé					
<b>Tápérték össz.</b>	<i>En: 3798 kj /904 kc Fehérje: 33,6 gr Szh.: 71,6 gr Cuk:11,1gr Só:4,7 gr Zsír:51,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3790 kj /902 kc Fehérje: 29,3 gr Szh.: 121,8 gr Cuk:18,6gr Só:3,8 gr Zsír:34,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>					
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	<i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>Glutén, Tej</i>					

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.03.05. - 2018.03.11. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

	2018.03.05. hétfő	2018.03.06. kedd	2018.03.07. szerda	2018.03.08. csütörtök	2018.03.09. péntek	2018.03.10. szombat	2018.03.11. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Sárgaborsó krémleves Túrós tészta Alma	Zöldborsó leves Rakott burgonya Csemege uborka	Brokkoli krémleves Mandulás rántott szelet Zöldséges bulgur	Tavaszi zöldségleves Burgonya főzelék Sajttal töltött pulykamell	Babgulyás Tejbegríz Mandarin	Paradicsom leves Csirke nugets Mexicói rizs	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4195 kj /999 kc Fehérje: 42,4 gr Szh.: 117,8 gr Cuk:1,4gr Só:3 gr Zsír:41,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3559 kj /847 kc Fehérje: 28,1 gr Szh.: 74,6 gr Cuk:5,8gr Só:5,9 gr Zsír:43,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5052 kj /1203 kc Fehérje: 35,9 gr Szh.: 31,7 gr Cuk:0,9gr Só:1,8 gr Zsír:50,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3609 kj /859 kc Fehérje: 23,1 gr Szh.: 108,5 gr Cuk:11,5gr Só:3,8 gr Zsír:42,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7784 kj /1853 kc Fehérje: 81 gr Szh.: 223,2 gr Cuk:50,3gr Só:4,3 gr Zsír:67,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5411 kj /1288 kc Fehérje: 19,7 gr Szh.: 122,5 gr Cuk:25,8gr Só:3,7 gr Zsír:82,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.03.12. - 2018.03.18. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

2018.03.12. hétfő

2018.03.13. kedd

2018.03.14. szerda

2018.03.15. csütörtök

2018.03.16. péntek

2018.03.17. szombat

2018.03.18. vasárnap

<b>Ebéd</b>	Grizgaluska leves Rakott karfiol	Csurgatott tojásleves Pan. Halrúd Párolt rizs Majonézes kukorica	Savanyú burgonya leves Csirke pörkölt Olasz csavart tészta Káposzta saláta				
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4270 kj /1017 kc Fehérje: 29,6 gr Szh.: 58,6 gr Cuk:2gr Sól:3,1 gr Zsír:72,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5504 kj /1311 kc Fehérje: 23,1 gr Szh.: 115,1 gr Cuk:6,3gr Sól:4,5 gr Zsír:84 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4056 kj /966 kc Fehérje: 45,8 gr Szh.: 124,1 gr Cuk:17gr Sól:8,8 gr Zsír:34,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr				
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.03.19. - 2018.03.25. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

	2018.03.19. hétfő	2018.03.20. kedd	2018.03.21. szerda	2018.03.22. csütörtök	2018.03.23. péntek	2018.03.24. szombat	2018.03.25. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Zellerkrém leves Tavaszi rizses hús Cékla	Lebbencsleves Zöldborsó főzelék Fasírt	Gombakrém leves Rántott csirkemell Párolt rizs Sajt mártás	Húsleves Lassagne Mandarin	Köménymag leves Levesgyöngy Lecsós csirkecomb Párolt köles		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3769 kj /897 kc Fehérje: 38,5 gr Szh.: 109 gr Cuk:9,3gr Só:3,7 gr Zsír:34,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5229 kj /1245 kc Fehérje: 48,2 gr Szh.: 133,2 gr Cuk:31,1gr Só:6,9 gr Zsír:56,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5836 kj /1390 kc Fehérje: 44,2 gr Szh.: 130,2 gr Cuk:3,7gr Só:4 gr Zsír:78,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6074 kj /1446 kc Fehérje: 56,2 gr Szh.: 138,5 gr Cuk:11,2gr Só:4,4 gr Zsír:73,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4097 kj /976 kc Fehérje: 22,9 gr Szh.: 113,2 gr Cuk:15,3gr Só:10,6 gr Zsír:47,9 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, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.03.26. - 2018.04.01. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év**

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

	2018.03.26. hétfő	2018.03.27. kedd	2018.03.28. szerda	2018.03.29. csütörtök	2018.03.30. péntek	2018.03.31. szombat	2018.04.01. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Betyárleves Grízes tészta Alma	Kavartgaluska leves Paradicsomos hús gombóc	Tejfölös karfiol leves Grill csirkecomb Burgonya krokett	Kertész leves Natúr sertés szelet Párolt rizs Vadas mártás			
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5054 kj /1203 kc Fehérje: 48 gr Szh.: 189 gr Cuk:26,5gr Só:3,4 gr Zsír:40,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4085 kj /973 kc Fehérje: 29,6 gr Szh.: 107,2 gr Cuk:40gr Só:4,1 gr Zsír:45,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2425 kj /577 kc Fehérje: 28,7 gr Szh.: 12,7 gr Cuk:0,7gr Só:3,4 gr Zsír:46,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4027 kj /959 kc Fehérje: 31,5 gr Szh.: 106,4 gr Cuk:1,1gr Só:7,6 gr Zsír:49,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr			
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Mustár			

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás