

Heti étlap: 2018.11.05. - 2018.11.11. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

2018.11.05. hétfő

2018.11.06. kedd

2018.11.07. szerda

2018.11.08. csütörtök

2018.11.09. péntek

2018.11.10. szombat

2018.11.11. vasárnap

Ebéd	Káposzta leves Bácsi rizses hús Vegyes befőtt	Lebbencsleves Tökfőzelék Fasírt Müzi szelet	Csurgatott tojásleves Pan. Halrúd Párolt rizs Majonéz kukorica	Zöldborsó leves Csirke pörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Jókai bableves Lekváros levél	Paradicsom leves Rakott burgonya Mandarin	
Tápérték össz.	En: 2916 kj /694 kc Fehérje: 26,2 gr Szh.: 79,2 gr Cuk:0,4gr Só:2 gr Zsír:30,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3064 kj /729 kc Fehérje: 23,2 gr Szh.: 88,8 gr Cuk:16,2gr Só:6,4 gr Zsír:31,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4014 kj /956 kc Fehérje: 22,9 gr Szh.: 93,5 gr Cuk:6,4gr Só:2,9 gr Zsír:53,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3403 kj /810 kc Fehérje: 46,6 gr Szh.: 100,5 gr Cuk:2,8gr Só:6,3 gr Zsír:26,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1983 kj /472 kc Fehérje: 18,4 gr Szh.: 44,8 gr Cuk:11,3gr Só:3,2 gr Zsír:24,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3956 kj /942 kc Fehérje: 23,4 gr Szh.: 99,7 gr Cuk:33gr Só:3,9 gr Zsír:47,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

Heti étlap: 2018.11.12. - 2018.11.18. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.11.12. hétfő	2018.11.13. kedd	2018.11.14. szerda	2018.11.15. csütörtök	2018.11.16. péntek	2018.11.17. szombat	2018.11.18. vasárnap
Ebéd	Palóc leves Grízes tészta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált	Sárgaborsó krémleves Rántott csirkemell Burgonya krokett Cékla	Frankfurti leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka	Gulyásleves Tejbegríz		
Tápérték össz.	En: 4136 kj /985 kc Fehérje: 32,2 gr Szh.: 155,4 gr Cuk:21,2gr Só:1,5 gr Zsír:36,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2996 kj /713 kc Fehérje: 35,8 gr Szh.: 94 gr Cuk:31,2gr Só:0,7 gr Zsír:23,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2858 kj /681 kc Fehérje: 44,3 gr Szh.: 63,7 gr Cuk:8,6gr Só:2,6 gr Zsír:26,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4468 kj /1064 kc Fehérje: 31,7 gr Szh.: 107,8 gr Cuk:4,6gr Só:5,6 gr Zsír:56,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7065 kj /1682 kc Fehérje: 74,1 gr Szh.: 186,3 gr Cuk:50,1gr Só:1,1 gr Zsír:68 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.19. - 2018.11.25. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

2018.11.19. hétfő

2018.11.20. kedd

2018.11.21. szerda

2018.11.22. csütörtök

2018.11.23. péntek

2018.11.24. szombat

2018.11.25. vasárnap

	2018.11.19. hétfő	2018.11.20. kedd	2018.11.21. szerda	2018.11.22. csütörtök	2018.11.23. péntek	2018.11.24. szombat	2018.11.25. vasárnap
Ebéd	Kertész leves Milánói makaróni Túró rudi 30 gr	Kavartgaluska leves Szárzabab főzelék Húskrokett	Brokkoli krémleves Grill csirkecomb Zöldséges bulgur Vegyes befőtt	Grízgaluska leves Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Levesgyöngy Köménymag leves Levesgyöngy Paradicsomos hús gombóc Levesgyöngy		
Tápérték össz.	En: 3593 kj /855 kc Fehérje: 38,6 gr Szh.: 68,9 gr Cuk:43,8gr Só:4,4 gr Zsír:51 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5023 kj /1196 kc Fehérje: 46,5 gr Szh.: 152,9 gr Cuk:14,4gr Só:4,7 gr Zsír:43,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4444 kj /1058 kc Fehérje: 38,2 gr Szh.: 13,5 gr Cuk:0,9gr Só:2,7 gr Zsír:43,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4128 kj /983 kc Fehérje: 29,3 gr Szh.: 98,7 gr Cuk:1,7gr Só:4,3 gr Zsír:51,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3110 kj /741 kc Fehérje: 22,3 gr Szh.: 60,9 gr Cuk:10,3gr Só:2,1 gr Zsír:44,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

Heti étlap: 2018.11.26. - 2018.12.02. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.11.26. hétfő	2018.11.27. kedd	2018.11.28. szerda	2018.11.29. csütörtök	2018.11.30. péntek	2018.12.01. szombat	2018.12.02. vasárnap
Ebéd	Korhely leves Sajtos - tejfölös tészta Mandarin	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt	Őszibarack krémleves Pan. Halrúd Kukoricás rizs Cékla	Derecskei betyárgulyás Szilvadzsemes töltellini	Zöldbab leves Tarhonyás hús Csemege uborka		
Tápérték össz.	En: 3025 kj /720 kc Fehérje: 31,8 gr Szh.: 88,9 gr Cuk:1,4gr Só:2 gr Zsír:29,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4374 kj /1042 kc Fehérje: 24,5 gr Szh.: 93,8 gr Cuk:7,5gr Só:1,6 gr Zsír:62,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3474 kj /827 kc Fehérje: 18 gr Szh.: 97,6 gr Cuk:24,5gr Só:2,4 gr Zsír:41,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1372 kj /327 kc Fehérje: 17,5 gr Szh.: 22 gr Cuk:10,6gr Só:3,8 gr Zsír:18,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	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		
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás