

Heti étlap: 2018.10.01. - 2018.10.07. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

2018.10.01. hétfő

2018.10.02. kedd

2018.10.03. szerda

2018.10.04. csütörtök

2018.10.05. péntek

2018.10.06. szombat

2018.10.07. vasárnap

	2018.10.01. hétfő	2018.10.02. kedd	2018.10.03. szerda	2018.10.04. csütörtök	2018.10.05. péntek	2018.10.06. szombat	2018.10.07. vasárnap
Ebéd	Tavaszi zöldségleves Rakott savanyú káposzta	Gombakrém leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csalamádé	Káposzta leves Mandulás rántott szelet Mexicói rizs Csalamádé	Húsleves Tökfőzelék Fasírt	Savanyú burgonya leves Tarhonyás hús Alma		
Tápérték össz.	En: 2423 kj /577 kc Fehérje: 28,3 gr Szh.: 59 gr Cuk:1,1gr Só:4,6 gr Zsír:29,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5010 kj /1193 kc Fehérje: 29 gr Szh.: 105,9 gr Cuk:4,9gr Só:6 gr Zsír:73,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4332 kj /1031 kc Fehérje: 34,9 gr Szh.: 103,4 gr Cuk:1,7gr Só:1,9 gr Zsír:51,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3854 kj /918 kc Fehérje: 19,7 gr Szh.: 64,7 gr Cuk:15,7gr Só:3,3 gr Zsír:63,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3423 kj /815 kc Fehérje: 35,1 gr Szh.: 119,9 gr Cuk:4gr Só:3,1 gr Zsír:25,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők 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

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

Heti étlap: 2018.10.08. - 2018.10.14. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.10.08. hétfő	2018.10.09. kedd	2018.10.10. szerda	2018.10.11. csütörtök	2018.10.12. péntek	2018.10.13. szombat	2018.10.14. vasárnap
Ebéd	Sajtos - tejfölös tészta Alma Korhelyleves füstölt tarjával	Karalábé leves tejfölös Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Kavartgaluska leves Csirke pörkölt Csemege uborka Olasz csavart tészta	Őszibarack krémleves Pan. Halrúd Párolt rizs Majonézes kukorica	Túrógombóc Derecskei betyárgulyás	Csurgatott tojásleves Reszelt máj Főtt burgonya Csemege uborka	
Tápérték össz.	En: 3148 kj /750 kc Fehérje: 31,1 gr Szh.: 87,3 gr Cuk:1,6gr Só:3,4 gr Zsír:33,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3185 kj /758 kc Fehérje: 31,6 gr Szh.: 102 gr Cuk:2,6gr Só:4 gr Zsír:23,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3823 kj /910 kc Fehérje: 45,6 gr Szh.: 113,2 gr Cuk:2,6gr Só:6,5 gr Zsír:32,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4539 kj /1081 kc Fehérje: 21,2 gr Szh.: 118,4 gr Cuk:22,3gr Só:2,1 gr Zsír:59,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2424 kj /577 kc Fehérje: 25,5 gr Szh.: 61,3 gr Cuk:17,9gr Só:4 gr Zsír:25,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2102 kj /501 kc Fehérje: 28,3 gr Szh.: 55,7 gr Cuk:3gr Só:3 gr Zsír:16,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

Heti étlap: 2018.10.15. - 2018.10.21. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

2018.10.15. hétfő

2018.10.16. kedd

2018.10.17. szerda

2018.10.18. csütörtök

2018.10.19. péntek

2018.10.20. szombat

2018.10.21. vasárnap

	2018.10.15. hétfő	2018.10.16. kedd	2018.10.17. szerda	2018.10.18. csütörtök	2018.10.19. péntek	2018.10.20. szombat	2018.10.21. vasárnap
Ebéd	Meggyleves Betyáros Túró rudi 30 gr	Köménymag leves Pirított kenyérkocka Zöldborsó főzelék Fasírt	Paradicsom leves Grill csirkecomb Zöldséges bulgur Őszibarack befőtt	Natúr sertés szelet Vadas mártás Kertész leves Párolt rizs	Babgulyás Lekváros derelye		
Tápérték össz.	En: 4897 kj /1166 kc Fehérje: 28,2 gr Szh.: 151,1 gr Cuk:59,3gr Só:1,2 gr Zsír:52,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3952 kj /941 kc Fehérje: 35,5 gr Szh.: 95,3 gr Cuk:30,9gr Só:4,1 gr Zsír:44,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5116 kj /1218 kc Fehérje: 37,4 gr Szh.: 56,6 gr Cuk:30,3gr Só:2,6 gr Zsír:43,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3288 kj /783 kc Fehérje: 29,1 gr Szh.: 83,1 gr Cuk:1,1gr Só:6,4 gr Zsír:41,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1807 kj /430 kc Fehérje: 25,4 gr Szh.: 62,3 gr Cuk:6,5gr Só:4,3 gr Zsír:7,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

Heti étlap: 2018.10.22. - 2018.10.28. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.10.22. hétfő	2018.10.23. kedd	2018.10.24. szerda	2018.10.25. csütörtök	2018.10.26. péntek	2018.10.27. szombat	2018.10.28. vasárnap
Ebéd			Natúr csirkemell Petrezselymes burgonya Zöldborsó leves Káposzta saláta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Piritott dara	Francia hagymaleves Tavaszi rizses hús Cékla		
Tápérték össz.			En: 2644 kj /630 kc Fehérje: 36,7 gr Szh.: 88,7 gr Cuk:10,2gr Só:4,7 gr Zsír:13,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3386 kj /806 kc Fehérje: 37,2 gr Szh.: 105 gr Cuk:31,2gr Só:1 gr Zsír:28,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3696 kj /880 kc Fehérje: 37,6 gr Szh.: 109 gr Cuk:9,1gr Só:3,4 gr Zsír:33,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők össz.			Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Mustár		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.10.29. - 2018.11.04. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.10.29. hétfő	2018.10.30. kedd	2018.10.31. szerda	2018.11.01. csütörtök	2018.11.02. péntek	2018.11.03. szombat	2018.11.04. vasárnap
Ebéd	Palóc leves Grízes tészta	Zöldséges burgonya leves Paradicsomos hús gombóc	Sárgaborsó krémleves Rántott csirkemell Burgonya püré Csemege uborka				
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: 3075 kj /732 kc Fehérje: 25,2 gr Szh.: 77,2 gr Cuk:10,3gr Só:2,3 gr Zsír:34 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3832 kj /912 kc Fehérje: 56,8 gr Szh.: 129 gr Cuk:3gr Só:5,1 gr Zsír:17,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr				
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

#####