

Heti étlap: 2018.09.03. - 2018.09.09. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.09.03. hétfő	2018.09.04. kedd	2018.09.05. szerda	2018.09.06. csütörtök	2018.09.07. péntek	2018.09.08. szombat	2018.09.09. vasárnap
Ebéd	Francia hagymaleves Hentes tokány Orsó tészta	Karalábé leves tejfölös Lecsós natúr szelet Párolt rizs	Tarhonya leves Mustáros hús Orsó tészta	Köménymag leves Zöldborsó főzelék Sajttal töltött pulykamell	Paradicsom leves Paprikásburgonya, kolbással, nokedlivel Csemege uborka		
Tápérték össz.	En: 3665 kj /873 kc Fehérje: 37,8 gr Szh.: 83,3 gr Cuk:0,9gr Só:4,5 gr Zsír:45,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2771 kj /660 kc Fehérje: 24,4 gr Szh.: 92,7 gr Cuk:2,5gr Só:2,3 gr Zsír:20,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3841 kj /915 kc Fehérje: 38,4 gr Szh.: 112,7 gr Cuk:9,4gr Só:5,2 gr Zsír:37,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4292 kj /1022 kc Fehérje: 28,7 gr Szh.: 99,6 gr Cuk:31,4gr Só:4,2 gr Zsír:56,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4272 kj /1017 kc Fehérje: 23,4 gr Szh.: 128,4 gr Cuk:32,9gr Só:5,1 gr Zsír:45,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.09.10. - 2018.09.16. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.09.10. hétfő	2018.09.11. kedd	2018.09.12. szerda	2018.09.13. csütörtök	2018.09.14. péntek	2018.09.15. szombat	2018.09.16. vasárnap
Ebéd	Szárazbab leves Túrós tészta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pírtott dara Pírtott dara	Karalábé leves tejfölös Mandulás rántott szelet Zöldséges bulgur Meggy befőtt 5/1	Zöldborsó leves Tarhonyás hús Csalamádé	Zellerkrém leves Csirke pörkölt Párolt rizs Csemege uborka		
Tápérték össz.	En: 4617 kj /1099 kc Fehérje: 45,7 gr Szh.: 123,7 gr Cuk:2,5gr Só:1,6 gr Zsír:49 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3775 kj /899 kc Fehérje: 38,6 gr Szh.: 116 gr Cuk:31,2gr Só:1,3 gr Zsír:33,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5391 kj /1284 kc Fehérje: 36,3 gr Szh.: 45 gr Cuk:5,7gr Só:0 gr Zsír:52,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3211 kj /765 kc Fehérje: 39,4 gr Szh.: 112,5 gr Cuk:1,5gr Só:3,7 gr Zsír:19,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2779 kj /662 kc Fehérje: 35,7 gr Szh.: 77,7 gr Cuk:3,4gr Só:4,7 gr Zsír:23,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.09.17. - 2018.09.23. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.09.17. hétfő	2018.09.18. kedd	2018.09.19. szerda	2018.09.20. csütörtök	2018.09.21. péntek	2018.09.22. szombat	2018.09.23. vasárnap
Ebéd	Tavaszi zöldségleves Budapest szelet Orsó tészta	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt	Brokkoli krémleves Pan. Halrúd Párolt rizs Majonézes kukorica	Bakonyi betyárleves Szilvadzsemes töltellini	Lebbencsleves Rakott zöldbab		
Tápérték össz.	En: 3691 kj /879 kc Fehérje: 52 gr Szh.: 110,8 gr Cuk:0,2gr Só:4,3 gr Zsír:32,3 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: 4070 kj /969 kc Fehérje: 23,8 gr Szh.: 98,5 gr Cuk:6,7gr Só:2,8 gr Zsír:54,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1237 kj /294 kc Fehérje: 15,5 gr Szh.: 23,1 gr Cuk:10,1gr Só:2,6 gr Zsír:14,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2933 kj /698 kc Fehérje: 32 gr Szh.: 128,8 gr Cuk:1,2gr Só:3,6 gr Zsír:18,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.09.24. - 2018.09.30. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.09.24. hétfő	2018.09.25. kedd	2018.09.26. szerda	2018.09.27. csütörtök	2018.09.28. péntek	2018.09.29. szombat	2018.09.30. vasárnap
Ebéd	Kertész leves Bakonyi sertés borda Szarvacska tészta	Lencse leves Bácskai rizses hús Vegyes befőtt	Zöldbab leves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Tarhonya leves Paradicsomos hús gombóc	Csurgatott tojásleves Csikós tokány Olasz csavart tészta Olasz csavart tészta		
Tápérték össz.	En: 3131 kj /746 kc Fehérje: 33,4 gr Szh.: 87 gr Cuk:0,9gr Só:4,8 gr Zsír:35,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3548 kj /845 kc Fehérje: 33,5 gr Szh.: 95,9 gr Cuk:11,2gr Só:3,5 gr Zsír:37,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2812 kj /669 kc Fehérje: 39 gr Szh.: 101,9 gr Cuk:7,6gr Só:4,6 gr Zsír:22,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2912 kj /693 kc Fehérje: 24,2 gr Szh.: 71,7 gr Cuk:10,2gr Só:1,8 gr Zsír:34,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4691 kj /1117 kc Fehérje: 43,6 gr Szh.: 134,3 gr Cuk:0,5gr Só:5,2 gr Zsír:48,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####