

**Heti étlap: 2018.01.01. - 2018.01.07. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

	2018.01.01. hétfő	2018.01.02. kedd	2018.01.03. szerda	2018.01.04. csütörtök	2018.01.05. péntek	2018.01.06. szombat	2018.01.07. vasárnap
<b>Ebéd</b>		Májgaluska leves Káposztás tészta Alma	Vegyes gyümölcsleves Rántott csirkemell Mexicói rizs Csemege uborka	Kertész leves Bolognai Spagetti tészta	Mandarin Gulyásleves Tejbegríz		
<b>Tápérték össz.</b>		En: 4237 kj /1009 kc Fehérje: 42,5 gr Szh.: 163,4 gr Cuk:9gr Só:9,7 gr Zsír:24,6 gr Tzs:0 gr	En: 7834 kj /1865 kc Fehérje: 57,5 gr Szh.: 197,4 gr Cuk:45,1gr Só:5 gr Zsír:95,7 gr Tzs:0 gr	En: 5287 kj /1259 kc Fehérje: 53,2 gr Szh.: 146,1 gr Cuk:12,7gr Só:8,7 gr Zsír:60,2 gr Tzs:0 gr	En: 9679 kj /2305 kc Fehérje: 100,1 gr Szh.: 255,2 gr Cuk:60,2gr Só:4,3 gr Zsír:93,1 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén összetevők össz.</b>		Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.01.08. - 2018.01.14. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

2018.01.08. hétfő

2018.01.09. kedd

2018.01.10. szerda

2018.01.11. csütörtök

2018.01.12. péntek

2018.01.13. szombat

2018.01.14. vasárnap

	2018.01.08. hétfő	2018.01.09. kedd	2018.01.10. szerda	2018.01.11. csütörtök	2018.01.12. péntek	2018.01.13. szombat	2018.01.14. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Zöldséges burgonya leves Borsos tokány Orsó tészta	Húsleves Zöldborsó főzelék Natúr csirkemell	Paradicsom leves Rántott hal Kukoricás rizs Tartár mártás	ABC tészta leves Székelykáposzta Müzli szelet	Legényfogó leves Rétes almás, túrós, meggyes		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5274 kj /1256 kc Fehérje: 48,2 gr Szh.: 160,7 gr Cuk:0,4gr Só:6,7 gr Zsír:49,2 gr Tzs:0 gr	En: 7057 kj /1680 kc Fehérje: 73,8 gr Szh.: 146,1 gr Cuk:41,3gr Só:9,4 gr Zsír:89,1 gr Tzs:0 gr	En: 7871 kj /1874 kc Fehérje: 59,2 gr Szh.: 185,6 gr Cuk:53gr Só:9,7 gr Zsír:99,9 gr Tzs:0 gr	En: 5421 kj /1291 kc Fehérje: 45 gr Szh.: 98,7 gr Cuk:1,7gr Só:2,1 gr Zsír:80,5 gr Tzs:0 gr	En: 1900 kj /452 kc Fehérje: 36,4 gr Szh.: 25,9 gr Cuk:1,5gr Só:2,5 gr Zsír:21,6 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.01.15. - 2018.01.21. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

	2018.01.15. hétfő	2018.01.16. kedd	2018.01.17. szerda	2018.01.18. csütörtök	2018.01.19. péntek	2018.01.20. szombat	2018.01.21. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Töklevés Betyáros Alma	Tarhonya leves Milánói makaróni Banán	Brokkoli krémleves Csirke pörkölt Olasz csavart tészta Cékla	Köménymag leves Sültpalacsinta csik Burgonya főzelék Fasírt	Frankfurti leves Csirkemáj rizottó vegyes befőtt		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5829 kj /1388 kc Fehérje: 34,8 gr Szh.: 176,7 gr Cuk:16,4gr Só:6,5 gr Zsír:64,2 gr Tzs:0 gr	En: 6042 kj /1439 kc Fehérje: 61,4 gr Szh.: 188,4 gr Cuk:7,7gr Só:5,6 gr Zsír:55,4 gr Tzs:0 gr	En: 5641 kj /1343 kc Fehérje: 83,4 gr Szh.: 136,6 gr Cuk:12,2gr Só:11,8 gr Zsír:55,8 gr Tzs:0 gr	En: 4632 kj /1103 kc Fehérje: 34,2 gr Szh.: 107,1 gr Cuk:16,7gr Só:6,2 gr Zsír:57,5 gr Tzs:0 gr	En: 4900 kj /1167 kc Fehérje: 60,3 gr Szh.: 119,7 gr Cuk:2,4gr Só:4,7 gr Zsír:50,2 gr Tzs: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, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.01.22. - 2018.01.28. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

	2018.01.22. hétfő	2018.01.23. kedd	2018.01.24. szerda	2018.01.25. csütörtök	2018.01.26. péntek	2018.01.27. szombat	2018.01.28. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Tavaszi húsoleves csirkemellel Gránátos kocka Narancs	Csurgatott tojásleves Paradicsomos hús gombóc	Zellerkrém leves Mandulás rántott szelet Hagymás burgonya Csemege uborka	Húsleves Lecsós natúr szelet Párolt rizs	Szárazbab leves füstölt hússal Lekváros levél		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 6208 kj /1478 kc Fehérje: 69 gr Szh.: 180,5 gr Cuk:0,3gr Só:14,4 gr Zsír:60,4 gr Tzs:0 gr	En: 4531 kj /1079 kc Fehérje: 29,3 gr Szh.: 93,2 gr Cuk:44,3gr Só:4,6 gr Zsír:61,3 gr Tzs:0 gr	En: 7886 kj /1878 kc Fehérje: 58,7 gr Szh.: 101,3 gr Cuk:5,4gr Só:7,1 gr Zsír:137 gr Tzs:0 gr	En: 6323 kj /1505 kc Fehérje: 40,8 gr Szh.: 147,8 gr Cuk:2,4gr Só:6,5 gr Zsír:84,1 gr Tzs:0 gr	En: 1909 kj /454 kc Fehérje: 20,2 gr Szh.: 73,4 gr Cuk:21,5gr Só:0 gr Zsír:9 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.01.29. - 2018.02.04. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

	2018.01.29. hétfő	2018.01.30. kedd	2018.01.31. szerda	2018.02.01. csütörtök	2018.02.02. péntek	2018.02.03. szombat	2018.02.04. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Húsgombóc leves Sajtos - tejfölös tészta Alma	Lebbencsleves Rakott karfiol Müzli szelet	Fahéjas szilvaleves Rántott hal Kukoricás rizs Csemege uborka				
<b>Tápérték össz.</b>	<i>En: 6262 kj /1491 kc Fehérje: 61,3 gr Szh.: 213,7 gr Cuk:1,4gr Só:10,1 gr Zsír:65,5 gr Tzs:0 gr</i>	<i>En: 5019 kj /1195 kc Fehérje: 47,2 gr Szh.: 116 gr Cuk:1,8gr Só:5,5 gr Zsír:61,6 gr Tzs:0 gr</i>	<i>En: 6823 kj /1625 kc Fehérje: 57 gr Szh.: 174,4 gr Cuk:24,8gr Só:6,9 gr Zsír:77,3 gr Tzs:0 gr</i>				
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	<i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>Glutén, Tojás, Hal, Tej</i>				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####