

Heti étlap: 2018.10.01. - 2018.10.07. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 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
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 Tarhonya leves Alma		
Tápérték össz.	En: 3715 kj /885 kc Fehérje: 45,1 gr Szh.: 91,9 gr Cuk:1,8gr Só:6,1 gr Zsír:43,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6003 kj /1429 kc Fehérje: 38,6 gr Szh.: 131,9 gr Cuk:4,3gr Só:9,4 gr Zsír:83,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7475 kj /1780 kc Fehérje: 58,1 gr Szh.: 114,4 gr Cuk:2gr Só:2,5 gr Zsír:119,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6034 kj /1437 kc Fehérje: 33,9 gr Szh.: 92,6 gr Cuk:20,8gr Só:5,7 gr Zsír:101,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2580 kj /614 kc Fehérje: 15,2 gr Szh.: 99 gr Cuk:5,9gr Só:4 gr Zsír:18,7 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

#####

Heti étlap: 2018.10.08. - 2018.10.14. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 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	Korhelyleves füstölt tarjával Sajtos - tejfölös tészta Alma	Karalábé leves tejfölös Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Kavartgaluska leves Csirke pörkölt Olasz csavart tészta Csemege uborka	Őszibarack krémleves Rántott hal Párolt rizs Majonézes kukorica	Derecskei betyárgulyás Túrógombóc	Csurgatott tojásleves Reszelt máj Főtt burgonya Csemege uborka	
Tápérték össz.	En: 4662 kj /1110 kc Fehérje: 46,5 gr Szh.: 124,8 gr Cuk:2,2gr Só:5 gr Zsír:50,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5325 kj /1268 kc Fehérje: 57,3 gr Szh.: 159,6 gr Cuk:3,5gr Só:6,6 gr Zsír:42,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6324 kj /1506 kc Fehérje: 83,1 gr Szh.: 167,9 gr Cuk:3,5gr Só:11,2 gr Zsír:59 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7911 kj /1884 kc Fehérje: 63,1 gr Szh.: 200,9 gr Cuk:32,3gr Só:5,4 gr Zsír:91,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3693 kj /879 kc Fehérje: 37,4 gr Szh.: 97,6 gr Cuk:23,9gr Só:7,7 gr Zsír:37,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3385 kj /806 kc Fehérje: 42,3 gr Szh.: 93,2 gr Cuk:4,1gr Só:7,1 gr Zsír:26,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők 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

#####

Heti étlap: 2018.10.15. - 2018.10.21. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 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
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: 7802 kj /1858 kc Fehérje: 44,4 gr Szh.: 238,1 gr Cuk:70,1gr Só:2,2 gr Zsír:86,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6032 kj /1436 kc Fehérje: 54,6 gr Szh.: 128 gr Cuk:41,5gr Só:6,7 gr Zsír:75,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8161 kj /1943 kc Fehérje: 69,3 gr Szh.: 76,5 gr Cuk:40,4gr Só:4,3 gr Zsír:67,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5077 kj /1209 kc Fehérje: 45,4 gr Szh.: 144,5 gr Cuk:3,4gr Só:8,7 gr Zsír:55 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2689 kj /640 kc Fehérje: 36 gr Szh.: 90,4 gr Cuk:7,7gr Só:6,4 gr Zsír:13 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 / 15-18 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: 4209 kj /1002 kc Fehérje: 59,4 gr Szh.: 132,2 gr Cuk:15,5gr Só:7,7 gr Zsír:25,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4561 kj /1086 kc Fehérje: 48,9 gr Szh.: 123,5 gr Cuk:31,8gr Só:1,9 gr Zsír:46 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5145 kj /1225 kc Fehérje: 48,7 gr Szh.: 141,5 gr Cuk:12,9gr Só:5,9 gr Zsír:52,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők össz.			Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Mustár		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.10.29. - 2018.11.04. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 15-18 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: 6088 kj /1450 kc Fehérje: 45,6 gr Szh.: 223,8 gr Cuk:31,4gr Só:2,6 gr Zsír:56,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4146 kj /987 kc Fehérje: 32,2 gr Szh.: 109,4 gr Cuk:20,4gr Só:3,9 gr Zsír:44,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6886 kj /1639 kc Fehérje: 88,7 gr Szh.: 198,9 gr Cuk:4,1gr Só:9,1 gr Zsír:52 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr				
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás