

**Heti étlap: 2018.08.01. - 2018.08.05. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

2018.08.01. szerda

2018.08.02. csütörtök

2018.08.03. péntek

2018.08.04. szombat

2018.08.05. vasárnap

2018.08.06. hétfő

2018.08.07. kedd

Ebéd	Káposzta leves Ropogós tárkonyos csirkecomb Mexicói rizs	Brokkoli krémleves Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Kertész leves Mustáros hús Szarvacska tészta Alma	Tejfölös gomba leves Csirkemáj rizottó Kovászos uborka	Grízgaluska leves Fokhagymás tarja Petrezselymes burgonya Uborka		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4368 kj /1040 kc Fehérje: 44,4 gr Szh.: 101,4 gr Cuk:0,5gr Só:5,2 gr Zsír:49,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5012 kj /1193 kc Fehérje: 57,3 gr Szh.: 144,1 gr Cuk:3,2gr Só:7,2 gr Zsír:42,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5165 kj /1230 kc Fehérje: 56,2 gr Szh.: 172,3 gr Cuk:11,9gr Só:9,8 gr Zsír:44,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3539 kj /843 kc Fehérje: 44,9 gr Szh.: 112,4 gr Cuk:1,5gr Só:30,9 gr Zsír:30,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9301 kj /2215 kc Fehérje: 44,6 gr Szh.: 87,3 gr Cuk:0,5gr Só:6,8 gr Zsír:183,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.08.06. - 2018.08.12. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.08.06. hétfő	2018.08.07. kedd	2018.08.08. szerda	2018.08.09. csütörtök	2018.08.10. péntek	2018.08.11. szombat	2018.08.12. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Tejfölös karfiol leves Pírított kenyérfocoka Borsos tokány Párolt rizs	Húsleves Finom főzelék Sült kolbász Túró rudi 30 gr	Vegyes gyümölcsleves Rántott hal Hagymás burgonya Csemege uborka	Májgaluska leves Lekváros derelye	Babgulyás Tejbegríz nektarin	Frankfurti leves Grízes tészta	Zellerkrém leves Csülök pörkölt Főtt burgonya Cékla
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4309 kj /1026 kc Fehérje: 42,8 gr Szh.: 128 gr Cuk:0,9gr Só:6 gr Zsír:38,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 12893 kj /3070 kc Fehérje: 92,9 gr Szh.: 122,5 gr Cuk:53,9gr Só:2,7 gr Zsír:241,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6577 kj /1566 kc Fehérje: 58,4 gr Szh.: 172,5 gr Cuk:45,6gr Só:3,6 gr Zsír:70,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1520 kj /362 kc Fehérje: 22,4 gr Szh.: 51,8 gr Cuk:8gr Só:4,5 gr Zsír:6,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10002 kj /2382 kc Fehérje: 108,2 gr Szh.: 276,4 gr Cuk:60,7gr Só:5,4 gr Zsír:88,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6103 kj /1453 kc Fehérje: 41,1 gr Szh.: 202,8 gr Cuk:32,4gr Só:4,2 gr Zsír:57,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7049 kj /1678 kc Fehérje: 65,3 gr Szh.: 102,7 gr Cuk:12,4gr Só:9 gr Zsír:109,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.08.13. - 2018.08.19. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.08.13. hétfő	2018.08.14. kedd	2018.08.15. szerda	2018.08.16. csütörtök	2018.08.17. péntek	2018.08.18. szombat	2018.08.19. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Lebbencsleves Székelykáposzta nektarin	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt	Csurgatott tojásleves Csőbensült kotlett Petrezselymes rizs	Köménymag leves Levesgyöngy Gombás pulykaragu Olasz csavart tészta	Füles leves Kaprok túrógombóckák Lekváros levél	Karfiol leves zöldséges Párizsi sertés szelet Burgonya krokett Csemege uborka	Zöldbab leves Rántott csirkecomb Mexicói rizs Cékla
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5149 kj /1226 kc Fehérje: 47,9 gr Szh.: 110,9 gr Cuk:1,5gr Só:3,6 gr Zsír:67,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7542 kj /1796 kc Fehérje: 44,7 gr Szh.: 165,8 gr Cuk:16,1gr Só:4,7 gr Zsír:104,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5347 kj /1273 kc Fehérje: 73,5 gr Szh.: 138,5 gr Cuk:0,6gr Só:7,7 gr Zsír:43,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5470 kj /1302 kc Fehérje: 65,6 gr Szh.: 147,9 gr Cuk:1,6gr Só:9,9 gr Zsír:53,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3449 kj /821 kc Fehérje: 35 gr Szh.: 90,3 gr Cuk:21,7gr Só:4,6 gr Zsír:33,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8441 kj /2010 kc Fehérje: 38,5 gr Szh.: 63,4 gr Cuk:3,8gr Só:2,5 gr Zsír:176,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5304 kj /1263 kc Fehérje: 55,2 gr Szh.: 163,7 gr Cuk:17,5gr Só:6,2 gr Zsír:54,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.08.20. - 2018.08.26. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.08.20. hétfő	2018.08.21. kedd	2018.08.22. szerda	2018.08.23. csütörtök	2018.08.24. péntek	2018.08.25. szombat	2018.08.26. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Korhelyleves füstölt tarjával Borsos tokány Szarvacska tészta Őszibarack	Karalábé leves tejfölös Sült oldalas Sajt mártás Párolt rizs	Brokkoli krémleves Rántott szelet, szezámmagos Burgonya krokett Káposzta saláta	Grízgaluska leves Tökfőzelék Fasírt	Derecskei betyárgulyás Szilvadzsemes töltellini	Halászlé Túrós tészta tepertővel	Spárgakrém leves Hentes tokány Orsó tészta
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5312 kj /1265 kc Fehérje: 63,4 gr Szh.: 161,1 gr Cuk:0,8gr Só:11,3 gr Zsír:45,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7358 kj /1752 kc Fehérje: 95,5 gr Szh.: 140,3 gr Cuk:2,6gr Só:6,3 gr Zsír:91,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3802 kj /905 kc Fehérje: 42,1 gr Szh.: 61,8 gr Cuk:16gr Só:4,6 gr Zsír:53,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5660 kj /1348 kc Fehérje: 31,4 gr Szh.: 83,7 gr Cuk:20,9gr Só:5,7 gr Zsír:95,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1999 kj /476 kc Fehérje: 23,8 gr Szh.: 30,9 gr Cuk:11,1gr Só:7,6 gr Zsír:28,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7815 kj /1861 kc Fehérje: 107,7 gr Szh.: 129 gr Cuk:1,4gr Só:3,3 gr Zsír:101,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5206 kj /1239 kc Fehérje: 54,9 gr Szh.: 147,4 gr Cuk:0,3gr Só:7,6 gr Zsír:52,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámmag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.08.27. - 2018.09.02. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.08.27. hétfő	2018.08.28. kedd	2018.08.29. szerda	2018.08.30. csütörtök	2018.08.31. péntek	2018.09.01. szombat	2018.09.02. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Tarhonya leves Paradicsomos hús gombóc	Húsleves Rántott hal Petrezselymes burgonya	Fahéjas szilvaleves Csirke pörkölt Szarvacska tészta Csemege uborka	Zöldséges burgonya leves Milánói makaróni nektarin	Palóc leves Mákos-dejós tészta		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4065 kj /968 kc Fehérje: 31,6 gr Szh.: 105,9 gr Cuk:20,3gr Só:2,9 gr Zsír:46,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6805 kj /1620 kc Fehérje: 61,1 gr Szh.: 126,9 gr Cuk:0,2gr Só:4,3 gr Zsír:95,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6278 kj /1495 kc Fehérje: 80,5 gr Szh.: 191,5 gr Cuk:24,8gr Só:11,7 gr Zsír:50,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3848 kj /916 kc Fehérje: 44,7 gr Szh.: 71,5 gr Cuk:10,7gr Só:7,2 gr Zsír:48,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7749 kj /1845 kc Fehérje: 56,7 gr Szh.: 234,4 gr Cuk:42,1gr Só:14,1 gr Zsír:91,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Dió, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####