

**Heti étlap: 2018.02.01. - 2018.02.04. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.02.01. csütörtök	2018.02.02. péntek	2018.02.03. szombat	2018.02.04. vasárnap	2018.02.05. hétfő	2018.02.06. kedd	2018.02.07. szerda
<b>Ebéd</b>	Csurgatott tojásleves Mandulás rántott szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Buzsáki leves Lekváros derelye Kiwi	Zöldbab leves Rakott burgonya	ABC tészta leves Kelkáposzta főzelék Fokhagymás tarja			
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4031 kj /960 kc Fehérje: 31,4 gr Szh.: 90 gr Cuk:4,1gr Sól:6,3 gr Zsír:47,7 gr Tzs:0 gr	En: 2162 kj /515 kc Fehérje: 24,4 gr Szh.: 50,2 gr Cuk:9,3gr Sól:3,8 gr Zsír:22,1 gr Tzs:0 gr	En: 5312 kj /1265 kc Fehérje: 36 gr Szh.: 124,4 gr Cuk:10,6gr Sól:7 gr Zsír:77,2 gr Tzs:0 gr	En: 7809 kj /1859 kc Fehérje: 48,7 gr Szh.: 85,2 gr Cuk:0,9gr Sól:9,8 gr Zsír:144,7 gr Tzs:0 gr			
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller			

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.02.05. - 2018.02.11. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.02.05. hétfő	2018.02.06. kedd	2018.02.07. szerda	2018.02.08. csütörtök	2018.02.09. péntek	2018.02.10. szombat	2018.02.11. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Húsleves Bolognai Spagetti tészta	Paradicsom leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka	Brokkoli krémleves Ropogós tárkonyos csirkecomb Kukoricás köles Cékla	Köménymag leves Sültpalacsinta csík Tökfőzelék Fasírt	Zöldséges burgonya leves Natúr sertés szelet Párolt rizs Sajt mártás	Gulyásleves Fánk	Spárgakrém leves Sült oldalas Hagymás burgonya Savanyú káposzta
<b>Tápérték össz.</b>	En: 7554 kj /1799 kc Fehérje: 58,4 gr Szh.: 178,3 gr Cuk:12,7gr Só:9,7 gr Zsír:99,8 gr Tzs:0 gr	En: 5703 kj /1358 kc Fehérje: 31,8 gr Szh.: 161,7 gr Cuk:44gr Só:9,5 gr Zsír:65,5 gr Tzs:0 gr	En: 5774 kj /1375 kc Fehérje: 52,8 gr Szh.: 140,6 gr Cuk:12,3gr Só:8,9 gr Zsír:65,3 gr Tzs:0 gr	En: 3778 kj /900 kc Fehérje: 28,3 gr Szh.: 66,8 gr Cuk:21,4gr Só:7,2 gr Zsír:55,2 gr Tzs:0 gr	En: 6582 kj /1567 kc Fehérje: 52,7 gr Szh.: 166,6 gr Cuk:1,5gr Só:7,5 gr Zsír:78,6 gr Tzs:0 gr	En: 7762 kj /1848 kc Fehérje: 42,8 gr Szh.: 158,8 gr Cuk:31,8gr Só:4,8 gr Zsír:113,6 gr Tzs:0 gr	En: 6022 kj /1434 kc Fehérje: 82,6 gr Szh.: 84,3 gr Cuk:0,7gr Só:8 gr Zsír:86 gr Tzs:0 gr
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.02.12. - 2018.02.18. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.02.12. hétfő	2018.02.13. kedd	2018.02.14. szerda	2018.02.15. csütörtök	2018.02.16. péntek	2018.02.17. szombat	2018.02.18. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Meggyleves Betyáros Túró rudi 30 gr	Karalábé leves Bácskai rizses hús Csemege uborka	Francia hagymaleves Rántott hal Burgonya püré Káposzta saláta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Piritott dara	Burgonyás tészta Mandarin	Kertész leves Csülkös pacal Főtt burgonya Csemege uborka	Csikós tokány Szarvacska tészta
<b>Tápérték össz.</b>	En: 7820 kj /1862 kc Fehérje: 44,7 gr Szh.: 238,2 gr Cuk:70,3gr Só:3,2 gr Zsír:86,2 gr Tzs:0 gr	En: 4953 kj /1179 kc Fehérje: 45,3 gr Szh.: 144,6 gr Cuk:4,8gr Só:4,4 gr Zsír:47,3 gr Tzs:0 gr	En: 7395 kj /1761 kc Fehérje: 75,1 gr Szh.: 168,7 gr Cuk:16,8gr Só:12,3 gr Zsír:85,2 gr Tzs:0 gr	En: 4333 kj /1032 kc Fehérje: 51,2 gr Szh.: 108,8 gr Cuk:41,7gr Só:6,1 gr Zsír:45,9 gr Tzs:0 gr	En: 3167 kj /754 kc Fehérje: 20,4 gr Szh.: 130,2 gr Cuk:0gr Só:0 gr Zsír:20,6 gr Tzs:0 gr	En: 5476 kj /1304 kc Fehérje: 72,6 gr Szh.: 97,1 gr Cuk:3,8gr Só:9,6 gr Zsír:72,4 gr Tzs:0 gr	En: 4797 kj /1142 kc Fehérje: 52 gr Szh.: 127,9 gr Cuk:0,9gr Só:7 gr Zsír:51,3 gr Tzs:0 gr
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás	Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.02.19. - 2018.02.25. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.02.19. hétfő	2018.02.20. kedd	2018.02.21. szerda	2018.02.22. csütörtök	2018.02.23. péntek	2018.02.24. szombat	2018.02.25. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Szárazbab leves füstölt hússal Túrós tészta tepertővel Alma	Kavartgaluska leves Paradicsomos hús gombóc	Csurgatott tojásleves Rántott hal Burgonya püré Csemege uborka	Grízgaluska leves Rakott savanyú káposzta	Tökleves Csirkemáj rizottó Vegyes befőtt	Csirke becsinált Káposztás tészta	Sárgaborsó krémleves Párizsi sertés szelet Hagymás burgonya Cékla
<b>Tápérték össz.</b>	En: 7571 kj /1803 kc Fehérje: 66,2 gr Szh.: 161,7 gr Cuk:2,9gr Só:2,9 gr Zsír:99,5 gr Tzs:0 gr	En: 5336 kj /1270 kc Fehérje: 31,7 gr Szh.: 134,7 gr Cuk:44gr Só:6,1 gr Zsír:65,4 gr Tzs:0 gr	En: 6767 kj /1611 kc Fehérje: 75,4 gr Szh.: 138,4 gr Cuk:4gr Só:9,9 gr Zsír:78 gr Tzs:0 gr	En: 5230 kj /1245 kc Fehérje: 36,1 gr Szh.: 71,9 gr Cuk:3,2gr Só:6,1 gr Zsír:88,5 gr Tzs:0 gr	En: 3823 kj /910 kc Fehérje: 44,9 gr Szh.: 108,3 gr Cuk:16gr Só:5 gr Zsír:33,6 gr Tzs:0 gr	En: 3223 kj /767 kc Fehérje: 26,1 gr Szh.: 132,5 gr Cuk:10,4gr Só:4 gr Zsír:18,4 gr Tzs:0 gr	En: 10474 kj /2494 kc Fehérje: 61,3 gr Szh.: 159,1 gr Cuk:12gr Só:5,9 gr Zsír:177,3 gr Tzs:0 gr
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.02.26. - 2018.03.04. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

2018.02.26. hétfő

2018.02.27. kedd

2018.02.28. szerda

2018.03.01. csütörtök

2018.03.02. péntek

2018.03.03. szombat

2018.03.04. vasárnap

<b>Ebéd</b>	Frankfurti leves Mákos-dejős tészta Mandarin	Zöldborsó leves Csirke pörkölt Párolt rizs Cékla	Karfiol leves Lecsós natúr szelet Burgonya püré				
<b>Tápérték össz.</b>	En: 8260 kj /1967 kc Fehérje: 52,8 gr Szh.: 225,1 gr Cuk:42,6gr Só:15,8 gr Zsír:100,5 gr Tzs:0 gr	En: 5609 kj /1335 kc Fehérje: 78 gr Szh.: 151,8 gr Cuk:11,3gr Só:9 gr Zsír:45,2 gr Tzs:0 gr	En: 4965 kj /1182 kc Fehérje: 54,3 gr Szh.: 141,5 gr Cuk:2,5gr Só:8 gr Zsír:42,8 gr Tzs:0 gr				
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Dió, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal