

Heti étlap: 2018.06.01. - 2018.06.03. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.06.01. péntek	2018.06.02. szombat	2018.06.03. vasárnap	2018.06.04. hétfő	2018.06.05. kedd	2018.06.06. szerda	2018.06.07. csütörtök
Ebéd	Zellerkrém leves Pírtott kenyérfocika Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csalamádé	Becsinált leves csirkeszárnnyal Fánk	Zöldséges burgonya leves Rakott karfiol				
Tápérték össz.	<i>En: 5525 kj /1315 kc Fehérje: 35,5 gr Szh.: 130,9 gr Cuk:3,7gr Só:8,6 gr Zsír:72,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>En: 7133 kj /1698 kc Fehérje: 24,7 gr Szh.: 136,8 gr Cuk:32,6gr Só:3 gr Zsír:116,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>En: 4890 kj /1164 kc Fehérje: 45 gr Szh.: 105,5 gr Cuk:1,8gr Só:5,1 gr Zsír:60,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>				
Allergén össze- tevők össz.	<i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>Glutén, Tej, Zeller</i>				

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.04. - 2018.06.10. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.06.04. hétfő	2018.06.05. kedd	2018.06.06. szerda	2018.06.07. csütörtök	2018.06.08. péntek	2018.06.09. szombat	2018.06.10. vasárnap
Ebéd	Frankfurti leves Betyáros Müzli szelet	Grizgaluska leves Finom főzelék Fasírt	Köménymag leves Levesgyöngy Rántott hal Petrezselymes burgonya	Karalábé leves tejfölös Tárkonyos pulykaragu Színes penne tészta	Vegyes gyümölcsleves Csirkemáj rizottó Cékla	Kavartgaluska leves Székelykáposzta	Kertész leves Natúr csirkemell Petrezselymes burgonya Meggy befőtt 5/1
Tápérték össz.	En: 6693 kj /1593 kc Fehérje: 49,4 gr Szh.: 177,7 gr Cuk:2,3gr Só:5,2 gr Zsír:80 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6471 kj /1541 kc Fehérje: 42,2 gr Szh.: 82,3 gr Cuk:16,2gr Só:4,7 gr Zsír:111,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5228 kj /1245 kc Fehérje: 54 gr Szh.: 89,8 gr Cuk:0,8gr Só:7,6 gr Zsír:73 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5547 kj /1321 kc Fehérje: 63,7 gr Szh.: 197,9 gr Cuk:1,3gr Só:5,1 gr Zsír:37,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3872 kj /922 kc Fehérje: 32 gr Szh.: 146,4 gr Cuk:52,7gr Só:2,1 gr Zsír:24,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5305 kj /1263 kc Fehérje: 47,1 gr Szh.: 103,9 gr Cuk:1,1gr Só:2,2 gr Zsír:71,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3454 kj /822 kc Fehérje: 50,8 gr Szh.: 98 gr Cuk:6,6gr Só:7,7 gr Zsír:30,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

Heti étlap: 2018.06.11. - 2018.06.17. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.06.11. hétfő	2018.06.12. kedd	2018.06.13. szerda	2018.06.14. csütörtök	2018.06.15. péntek	2018.06.16. szombat	2018.06.17. vasárnap
Ebéd	Derecskei betyárgulyás Mákos-dejós tészta Kiwi	Húsleves Burgonya főzelék Fokhagymás tarja	Citromos kertileves Kukoricás köles Tartár mártás	Brokkoli főzelék Tarhonya leves Csemege uborka	Jókai bableves Mogyorókrémes mini gombóc	Csurgatott tojásleves Csikós tokány Szarvacska tészta	Meggyleves Rántott csirkecomb Hagymás burgonya Csemege uborka
Tápérték össz.	En: 7464 kj /1777 kc Fehérje: 57,3 gr Szh.: 193,4 gr Cuk:41,5gr Só:16,6 gr Zsír:90,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10705 kj /2549 kc Fehérje: 54,7 gr Szh.: 159,9 gr Cuk:16,3gr Só:6,4 gr Zsír:185,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5694 kj /1356 kc Fehérje: 24,7 gr Szh.: 159,8 gr Cuk:14,5gr Só:5,7 gr Zsír:67,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2936 kj /699 kc Fehérje: 20,2 gr Szh.: 87,7 gr Cuk:4,8gr Só:5,9 gr Zsír:30,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2875 kj /685 kc Fehérje: 24,2 gr Szh.: 57,2 gr Cuk:11,7gr Só:7,4 gr Zsír:40,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5270 kj /1255 kc Fehérje: 58,5 gr Szh.: 134,6 gr Cuk:1gr Só:9 gr Zsír:54 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6141 kj /1462 kc Fehérje: 53,3 gr Szh.: 158,4 gr Cuk:36,3gr Só:5 gr Zsír:68,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Dió, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

Heti étlap: 2018.06.18. - 2018.06.24. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.06.18. hétfő	2018.06.19. kedd	2018.06.20. szerda	2018.06.21. csütörtök	2018.06.22. péntek	2018.06.23. szombat	2018.06.24. vasárnap
Ebéd	Legényfogó leves Grízes tészta Meggy	Paradicsomos hús gombóc Zöldborsó leves	Húsleves Rakott zöldbab	Fahéjas szilvaleves Csirke pörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Lebbencsleves Natúr sertés szelet Vadas mártás Párolt rizs	Halászlé Tejbegríz	Tejfölös gomba leves Csülök pörkölt Főtt burgonya Csemege uborka
Tápérték össz.	En: 6446 kj /1535 kc Fehérje: 59,9 gr Szh.: 203,2 gr Cuk:31,3gr Só:3 gr Zsír:55,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4809 kj /1145 kc Fehérje: 33,9 gr Szh.: 122,4 gr Cuk:44,2gr Só:4,6 gr Zsír:55,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5507 kj /1311 kc Fehérje: 50,6 gr Szh.: 213,5 gr Cuk:1,4gr Só:3,1 gr Zsír:79 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: 6382 kj /1519 kc Fehérje: 50,4 gr Szh.: 181,5 gr Cuk:3,4gr Só:10,9 gr Zsír:68,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9457 kj /2252 kc Fehérje: 134,4 gr Szh.: 222,1 gr Cuk:60gr Só:0,5 gr Zsír:87,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7466 kj /1778 kc Fehérje: 75,3 gr Szh.: 118,6 gr Cuk:4,9gr Só:36,9 gr Zsír:114,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Hal, Tej	Glutén, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

Heti étlap: 2018.06.25. - 2018.07.01. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.06.25. hétfő	2018.06.26. kedd	2018.06.27. szerda	2018.06.28. csütörtök	2018.06.29. péntek	2018.06.30. szombat	2018.07.01. vasárnap
Ebéd	Gulyásleves Káposztás tészta	Kertész leves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Meggy	Paradicsom leves Rakott burgonya	ABC tészta leves Tököfőzelék Fasírt	Májgaluska leves Túrós derelye Meggy	Zöldbab leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Cékla	
Tápérték össz.	En: 5021 kj /1196 kc Fehérje: 47,4 gr Szh.: 165,5 gr Cuk:10,3gr Só:2,3 gr Zsír:40,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7572 kj /1803 kc Fehérje: 64,5 gr Szh.: 78,4 gr Cuk:0,6gr Só:5,6 gr Zsír:54,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5687 kj /1354 kc Fehérje: 34,5 gr Szh.: 133,9 gr Cuk:44,5gr Só:5,9 gr Zsír:70,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5022 kj /1196 kc Fehérje: 34,2 gr Szh.: 105,6 gr Cuk:21,2gr Só:7,2 gr Zsír:69,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3943 kj /939 kc Fehérje: 37,1 gr Szh.: 136,9 gr Cuk:23,8gr Só:6,7 gr Zsír:25,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5302 kj /1262 kc Fehérje: 33,7 gr Szh.: 150,2 gr Cuk:17,7gr Só:7,8 gr Zsír:72,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás