

**Heti étlap: 2018.03.01. - 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

	2018.03.01. csütörtök	2018.03.02. péntek	2018.03.03. szombat	2018.03.04. vasárnap	2018.03.05. hétfő	2018.03.06. kedd	2018.03.07. szerda
<b>Ebéd</b>	Tarhonya leves Finom főzelék Fasírt	Fahéjas szilvaleves Bácskai rizses hús Csalamádé	Tejfölös gomba leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka	Zöldbab leves Rántott csirkecomb Burgonya püré Cékla			
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5329 kj /1269 kc Fehérje: 45 gr Szh.: 101,5 gr Cuk:16,4gr Só:6,2 gr Zsír:73,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5208 kj /1240 kc Fehérje: 40,9 gr Szh.: 160,6 gr Cuk:23,2gr Só:3,8 gr Zsír:49,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5817 kj /1385 kc Fehérje: 44,3 gr Szh.: 141 gr Cuk:5,4gr Só:36,5 gr Zsír:77,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6237 kj /1485 kc Fehérje: 71,5 gr Szh.: 189,4 gr Cuk:17,7gr Só:8,4 gr Zsír:59,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr			
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller			

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.03.05. - 2018.03.11. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.03.05. hétfő	2018.03.06. kedd	2018.03.07. szerda	2018.03.08. csütörtök	2018.03.09. péntek	2018.03.10. szombat	2018.03.11. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Alma Sárgaborsó krémleves Túrós tészta tepertővel	Zöldborsó leves Rakott burgonya Csemege uborka	Brokkoli krémleves Mandulás rántott szelet Zöldséges bulgur	Tavaszi zöldségleves Burgonya főzelék Sajttal töltött pulykamell	Babgulyás Tejbegríz Mandarin	Paradicsom leves Csirke nugets Mexicói rizs	Alma leves Sült oldalas Hagymás burgonya Párolt káposzta
<b>Tápérték össz.</b>	En: 7396 kj /1761 kc Fehérje: 65,9 gr Szh.: 166,1 gr Cuk:1,8gr Só:4,8 gr Zsír:92,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5485 kj /1306 kc Fehérje: 42,8 gr Szh.: 119,6 gr Cuk:8,3gr Só:8,8 gr Zsír:65,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6560 kj /1562 kc Fehérje: 37,7 gr Szh.: 40,2 gr Cuk:1,4gr Só:3,3 gr Zsír:52,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5733 kj /1365 kc Fehérje: 34,8 gr Szh.: 165,3 gr Cuk:17,5gr Só:5,5 gr Zsír:69,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10273 kj /2446 kc Fehérje: 108,7 gr Szh.: 290,1 gr Cuk:60,4gr Só:5,4 gr Zsír:90,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8133 kj /1937 kc Fehérje: 33,1 gr Szh.: 181,2 gr Cuk:41,6gr Só:6,3 gr Zsír:123,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9436 kj /2247 kc Fehérje: 88,5 gr Szh.: 195,6 gr Cuk:94gr Só:10 gr Zsír:126,2 gr Tzs:0 gr Kalc: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, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.03.12. - 2018.03.18. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.03.12. hétfő	2018.03.13. kedd	2018.03.14. szerda	2018.03.15. csütörtök	2018.03.16. péntek	2018.03.17. szombat	2018.03.18. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Grizgaluska leves Rakott karfiol	Csurgatott tojásleves Pan. Hal Párolt rizs Majonézes kukorica	Savanyú burgonya leves Csirke pörkölt Olasz csavart tészta Káposzta saláta	Citromos kertileves Csülkös pacal Főtt burgonya Csemege uborka	Palóc leves Fánk	Káposzta leves Bácskai rizses hús	Húsleves Fokhagymás tarja Petrezselymes burgonya Csemege uborka
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5961 kj /1419 kc Fehérje: 41,6 gr Szh.: 81,9 gr Cuk:3,2gr Só:4,1 gr Zsír:100,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9698 kj /2309 kc Fehérje: 47,8 gr Szh.: 171,3 gr Cuk:8,9gr Só:8,9 gr Zsír:158,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6560 kj /1562 kc Fehérje: 87,1 gr Szh.: 201,8 gr Cuk:20,6gr Só:13,9 gr Zsír:50,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7035 kj /1675 kc Fehérje: 84,8 gr Szh.: 141 gr Cuk:6,5gr Só:21,1 gr Zsír:83 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7646 kj /1820 kc Fehérje: 39,1 gr Szh.: 170,9 gr Cuk:33,2gr Só:2,6 gr Zsír:120,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4389 kj /1045 kc Fehérje: 41,4 gr Szh.: 121 gr Cuk:0,4gr Só:5,1 gr Zsír:43,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9804 kj /2334 kc Fehérje: 46,4 gr Szh.: 98,5 gr Cuk:4,4gr Só:12,1 gr Zsír:191,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.03.19. - 2018.03.25. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2018.03.19. hétfő	2018.03.20. kedd	2018.03.21. szerda	2018.03.22. csütörtök	2018.03.23. péntek	2018.03.24. szombat	2018.03.25. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Zellerkrém leves Tavaszi rizses hús Cékla	Lebbencsleves Zöldborsó főzelék Fasírt	Gombakrém leves Rántott csirkemell Párolt rizs Sajt mártás	Húsleves Lassagne Mandarin	Köménymag leves Levesgyöngy Lecsós csirkecomb Párolt köles	Gulyásleves Káposztás tészta	Őszibarack krémleves Borsos tokány Alma
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5257 kj /1252 kc Fehérje: 50,9 gr Szh.: 147,6 gr Cuk:12,6gr Só:6 gr Zsír:51,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6931 kj /1650 kc Fehérje: 62,7 gr Szh.: 173,6 gr Cuk:41,3gr Só:8,2 gr Zsír:77 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8421 kj /2005 kc Fehérje: 73,4 gr Szh.: 175,2 gr Cuk:5,6gr Só:6,7 gr Zsír:115,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8925 kj /2125 kc Fehérje: 75,7 gr Szh.: 189,8 gr Cuk:13,6gr Só:6,1 gr Zsír:117,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8543 kj /2034 kc Fehérje: 82,1 gr Szh.: 240,4 gr Cuk:15,6gr Só:14,3 gr Zsír:80,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4702 kj /1120 kc Fehérje: 46,9 gr Szh.: 163 gr Cuk:10,3gr Só:6,3 gr Zsír:33,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3251 kj /774 kc Fehérje: 30,2 gr Szh.: 74,3 gr Cuk:23,9gr Só:1,3 gr Zsír:40,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.03.26. - 2018.04.01. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

2018.03.26. hétfő

2018.03.27. kedd

2018.03.28. szerda

2018.03.29. csütörtök

2018.03.30. péntek

2018.03.31. szombat

2018.04.01. vasárnap

	2018.03.26. hétfő	2018.03.27. kedd	2018.03.28. szerda	2018.03.29. csütörtök	2018.03.30. péntek	2018.03.31. szombat	2018.04.01. vasárnap
<b>Ebéd</b>	Betyárleves Grízes tészta Alma	Kavartgaluska leves Paradicsomos hús gombóc	Tejfölös karfiol leves Grill csirkecomb Burgonya krokett				
<b>Tápérték össz.</b>	En: 7171 kj /1707 kc Fehérje: 68,9 gr Szh.: 260,3 gr Cuk:29,8gr Só:5 gr Zsír:59,8 gr Tzs:0 gr Kalc: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 Kalc:0 gr	En: 3248 kj /773 kc Fehérje: 39,1 gr Szh.: 19,1 gr Cuk:1gr Só:5,2 gr Zsír:61,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr				
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.03.26. - 2018.04.01. A / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

2018.03.26. hétfő

2018.03.27. kedd

2018.03.28. szerda

2018.03.29. csütörtök

2018.03.30. péntek

2018.03.31. szombat

2018.04.01. vasárnap

<b>Ebéd</b>				Kertész leves Natúr sertés szelet Párolt rizs Vadas mártás	Karalábé leves Párizsi sertés szelet Burgonya püré Meggy befőtt 5/1	Zöldséges burgonya leves Sertés pörkölt Orsó tészta	
<b>Tápérték össz.</b>				En: 5485 kj /1306 kc Fehérje: 45,4 gr Szh.: 144,5 gr Cuk:3,4gr Só:9,9 gr Zsír:66,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11164 kj /2658 kc Fehérje: 65,6 gr Szh.: 189,2 gr Cuk:7,5gr Só:3,3 gr Zsír:179,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5569 kj /1326 kc Fehérje: 60,4 gr Szh.: 171,2 gr Cuk:0,4gr Só:12 gr Zsír:48,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>				Glutén, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal