

Heti étlap: 2018.07.02. - 2018.07.08. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.07.02. hétfő	2018.07.03. kedd	2018.07.04. szerda	2018.07.05. csütörtök	2018.07.06. péntek	2018.07.07. szombat	2018.07.08. vasárnap
Tízórai	Tea Kenyér rozs Margarin Felvágott párizsi Uborka	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin	Tej Kakaós csiga	Tea Kenyér teljeskiőrlésű Szendvicskrém natúr Felvágott zala Zöldpaprika	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin		
Ebéd	Szárazbab leves füstölt hússal Túrós tészta Alma	Köménymag leves Burgonya főzelék Csirke nugets	Tökfőzelék Grill csirkecomb Mexicói rizs Meggy	Fahéjas szilvaleves Tarhonyás hús Káposzta saláta	Kavartgaluska leves Székelykáposzta		
Uzsonna	Búzakorpás diákrúd 50 gr Joghurt gyümölcsös	Kifli magvas 50 r. Májkrém Zöldpaprika	Kukoricás buci Vajkrém natúr Szalámi turista Paradicsom	Dejós kifli Banán	Zsemle 54 gr Sajtkrém Felvágott toast sonka Uborka		
Tápérték össz.	En: 7050 kj /1679 kc Fehérje: 56,4 gr Szh.: 203,9 gr Cuk:35,6gr Só:3,6 gr Zsír:72,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9653 kj /2298 kc Fehérje: 83,7 gr Szh.: 248 gr Cuk:28,6gr Só:3,8 gr Zsír:103,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8727 kj /2078 kc Fehérje: 78,8 gr Szh.: 199 gr Cuk:16,9gr Só:5,7 gr Zsír:104,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6006 kj /1430 kc Fehérje: 48,7 gr Szh.: 236,2 gr Cuk:36,8gr Só:3,3 gr Zsír:36,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9078 kj /2161 kc Fehérje: 83,3 gr Szh.: 202,5 gr Cuk:21,7gr Só:3 gr Zsír:109,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.07.09. - 2018.07.15. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.07.09. hétfő	2018.07.10. kedd	2018.07.11. szerda	2018.07.12. csütörtök	2018.07.13. péntek	2018.07.14. szombat	2018.07.15. vasárnap
Tízórai	Tea Kenyér fehér Virslí, mustár	Kakaó Túrós bukta leveles 50 gr	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tea Kalács fonott 500 gr. Gyümölcsös túró	Tejeskávé Pogácsa sajtos		
Ebéd	Legényfogó leves Burgonyás tészta	Grízgaluska leves Zöldborsó főzelék Fasírt	Zellerkrém leves Ropogós tárkonyos csirkecomb Zöldséges bulgur Uborka	Sárgaborsó krémleves Lecsós natúr szelet Párolt rizs	Csurgatott tojásleves Temesvári tokány Olasz csavart tészta		
Uzsonna	Kifli sajtos 50 gr Sajtkrém Szalámi diákcsemege Paradicsom	Kenyér rozsz Margarin Trappista sajt Paradicsom	Kenyér teljeskiőrlésű Szendvicsskrém natúr Felvágott párizsi Zöldpaprika	Kifli magvas 50 r. Sajt kocka Uborka	Győri keksz Krémtúró		
Tápérték össz.	En: 6038 kj /1438 kc Fehérje: 61,1 gr Szh.: 170,4 gr Cuk:23,4gr Só:6,2 gr Zsír:58 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11081 kj /2638 kc Fehérje: 89,7 gr Szh.: 245,3 gr Cuk:50,7gr Só:3,8 gr Zsír:137,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9677 kj /2304 kc Fehérje: 79,1 gr Szh.: 126,7 gr Cuk:1,4gr Só:3,7 gr Zsír:108,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7292 kj /1736 kc Fehérje: 63,6 gr Szh.: 258,6 gr Cuk:31,1gr Só:6 gr Zsír:48,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9083 kj /2163 kc Fehérje: 82,1 gr Szh.: 202,4 gr Cuk:18,8gr Só:5 gr Zsír:115,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

Heti étlap: 2018.07.16. - 2018.07.22. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

2018.07.16. hétfő

2018.07.17. kedd

2018.07.18. szerda

2018.07.19. csütörtök

2018.07.20. péntek

2018.07.21. szombat

2018.07.22. vasárnap

Tízórai	Tea Kenyér fehér Húskrém Paradicsom	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin	Tej, gabonapehely	Tea Zsemle magvas 54 gr. Szendvicskrém sidlinges Felvágott toast sonka Paradicsom	Tejeskávé Puffancs 50 gr. Margarin		
Ebéd	Jókai bableves Túrógombóc	Tökfőzelék Sült virsli	Paradicsom leves Csirke pörkölt Szarvacska tészta Csemege uborka	Citromos kertileves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka	Zöldborsó leves Gombás pulykaragu Olasz csavart tészta		
Uzsonna	Zsemle 54 gr Vajkrém magyaros Felvágott májusi csemege Uborka	Kenyér rozsz Sajtkrém Felvágott zala Zöldpaprika	Kifli magvas 50 r. puding csoki-van.	Zsemle teljeskiőrlésű Szalámi turista Trappista sajt Uborka	Kenyér rozsz Vajkrém natúr Paradicsom Tojás		
Tápérték össz.	En: 5788 kj /1378 kc Fehérje: 41 gr Szh.: 168,6 gr Cuk:40,1gr Só:7,6 gr Zsír:60,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8099 kj /1928 kc Fehérje: 57,9 gr Szh.: 162 gr Cuk:37,6gr Só:5,4 gr Zsír:114,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8336 kj /1985 kc Fehérje: 89,8 gr Szh.: 255 gr Cuk:32,6gr Só:5,9 gr Zsír:68 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5542 kj /1320 kc Fehérje: 43,9 gr Szh.: 151,4 gr Cuk:24,1gr Só:5,9 gr Zsír:58,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9166 kj /2182 kc Fehérje: 89,7 gr Szh.: 229,1 gr Cuk:20,1gr Só:5,1 gr Zsír:97,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Földimogyoró, Tej	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

Heti étlap: 2018.07.23. - 2018.07.29. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2018.07.23. hétfő	2018.07.24. kedd	2018.07.25. szerda	2018.07.26. csütörtök	2018.07.27. péntek	2018.07.28. szombat	2018.07.29. vasárnap
Tízórai	Kenyér rosz Májkrem Paradicsom	Kakaó Túrós batyú 70 gr	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tea Zsemle 54 gr Szendvicskrem natúr Szalámi turista Paradicsom	Tejeskávé Kuglóf 500gr. Margarin		
Ebéd	Buzsáki leves Káposztás tészta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pirított dara	Karalábé leves tejfölös Pan. Halrúd Zöldséges bulgur Uborka	Francia hagymaleves Pirított kenyérkocka Borsos tokány Olasz csavart tészta	Gulyásleves Tejbegríz		
Uzsonna	Kenyér rosz Szendvicskrem magyaros Felvágott zala Zöldpaprika	Zsemle teljeskiőrésű Margarin Felvágott sajtos párizsi Uborka	Búzakorpás diákrúd 50 gr Joghurt gyümölcsös	Dejós kifli Üdítő 2 dl Bravó	Pogácsa sajtos Kefír		
Tápérték össz.	En: 5832 kj /1389 kc Fehérje: 57,5 gr Szh.: 173,1 gr Cuk:8,3gr Só:3,4 gr Zsír:51 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9291 kj /2212 kc Fehérje: 86,3 gr Szh.: 255,1 gr Cuk:51,3gr Só:1,7 gr Zsír:93,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10247 kj /2440 kc Fehérje: 69,7 gr Szh.: 166,7 gr Cuk:14,4gr Só:1,8 gr Zsír:110,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5356 kj /1275 kc Fehérje: 44,8 gr Szh.: 173,4 gr Cuk:20,8gr Só:4,8 gr Zsír:46,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13988 kj /3331 kc Fehérje: 123,9 gr Szh.: 335 gr Cuk:72,8gr Só:1,5 gr Zsír:158,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tezők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

Heti étlap: 2018.07.30. - 2018.08.05. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

2018.07.30. hétfő

2018.07.31. kedd

2018.08.01. szerda

2018.08.02. csütörtök

2018.08.03. péntek

2018.08.04. szombat

2018.08.05. vasárnap

Tízórai	Tea Kenyér fehér Túrókrém sárgarépas Felvágott párizsi Zöldpaprika	Kakaó Kalács fonott 500 gr. Mézes margarin					
Ebéd	Zöldséges burgonya leves Rakott karfiol	ABC tészta leves Finom főzelék Fasírt Túró rudi 30 gr					
Uzsonna	Győri keksz Krémtúró	Zsemle 54 gr Sajtkrém Felvágott toast sonka Uborka					
Tápérték össz.	En: 5107 kj /1216 kc Fehérje: 46,6 gr Szh.: 128,3 gr Cuk:22,1gr Só:5,7 gr Zsír:55,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10431 kj /2484 kc Fehérje: 82,6 gr Szh.: 238,7 gr Cuk:69,9gr Só:4,4 gr Zsír:130,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr					
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller					

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás