

Heti étlap: 2018.06.01. - 2018.06.03. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 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

Tízórai	Tejeskávé Kenyér rozs Margarin Felvágott toast sonka Zöldpaprika						
Ebéd	Zellerkrém leves Pírtott kenyérkocka Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csalamádé						
Uzsonna	Zsemle 54 gr Szendvicskrém sidlinges Felvágott zala Zöldpaprika						
Tápérték össz.	En: 9311 kj /2217 kc Fehérje: 74,1 gr Szh.: 232,4 gr Cuk:21gr Só:7,7 gr Zsír:107,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr						
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller						

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.04. - 2018.06.10. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 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
Tízórai	Tea Kenyér rozs Tojáskrém Paradicsom	Kakaó Kuglóf 500gr. Margarin	Tej Kakaós csiga	Tejeskávé Briós 50 gr Margarin	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Vajkrém magyaros Uborka		
Ebéd	Frankfurti leves Betyáros Müzli szelet	Grizgaluska leves Finom főzelék Fasírt	Köménymag leves Levesgyöngy Pan. Halrúd Petrezselymes burgonya	Karalábé leves tejfölös Tárkonyos pulykaragu Színes penne tészta	Vegyes gyümölcsleves Csirkemáj rizottó Cékla		
Uzsonna	Kenyér rozs Sajtkrém Felvágott soproni Retek jégcsap Alma	Kukoricás buci Vajkrém natúr Felvágott párizsi Paradicsom	Kifli magvas 50 r. Joghurt gyümölcsös	Zsemle teljeskiőrlésű Sajtkrém szalámi száraz Paradicsom	Kenyér teljeskiőrlésű Sokmagvas vajkrém Paradicsom		
Tápérték össz.	En: 6363 kj /1515 kc Fehérje: 43,4 gr Szh.: 184,1 gr Cuk:22,6gr Só:4,4 gr Zsír:65,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8865 kj /2111 kc Fehérje: 64,2 gr Szh.: 152,7 gr Cuk:28gr Só:2,3 gr Zsír:133,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8488 kj /2021 kc Fehérje: 71,1 gr Szh.: 223,7 gr Cuk:13,6gr Só:4,1 gr Zsír:90,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8870 kj /2112 kc Fehérje: 84,5 gr Szh.: 248,4 gr Cuk:20gr Só:2,4 gr Zsír:88,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8401 kj /2000 kc Fehérje: 67 gr Szh.: 247,4 gr Cuk:70,7gr Só:2,3 gr Zsír:80,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Földimogyoró, Tej, Zeller, Szezámag		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.11. - 2018.06.17. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 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
Tízórai	Tea Kenyér rozs Virsli, mustár	Kakaó Túrós bukta leveles 50 gr	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tejeskávé Puffancs 50 gr. Margarin	Kakaó Pogácsa sajtos		
Ebéd	Derecskei betyárgulyás Mákos-dejós tészta Kiwi	Húsleves Burgonya főzelék Magyaros baromfi fasírt	Citromos kertileves Rántott csirke mell Kukoricás köles Tartár mártás	Brokkoli krémleves Tarhonyás hús Csemege uborka	Jókai bableves Mogyorókrémes mini gombóc		
Uzsonna	Kenyér rozs Margarin Felvágott fóliás sonka Zöldpaprika	Pudingos leveles Alma	Zsemle teljeskiőrlésű Szendvicsszén natúr Szalámi turista Paradicsom	Kifli sajtos 50 gr Vajkrém natúr Tojás Zöldpaprika	Kifli magvas 50 r. Margarin Uborka Joghurt gyümölcsös		
Tápérték össz.	En: 8943 kj /2129 kc Fehérje: 63,4 gr Szh.: 244,8 gr Cuk:51,7gr Só:17,6 gr Zsír:103,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10160 kj /2419 kc Fehérje: 73,1 gr Szh.: 253,4 gr Cuk:28,3gr Só:2,9 gr Zsír:121,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11201 kj /2667 kc Fehérje: 87,2 gr Szh.: 255,6 gr Cuk:11gr Só:4,5 gr Zsír:139,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8575 kj /2042 kc Fehérje: 81,4 gr Szh.: 222,8 gr Cuk:22,5gr Só:4,1 gr Zsír:90,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9872 kj /2350 kc Fehérje: 77,8 gr Szh.: 234,5 gr Cuk:44,4gr Só:5,2 gr Zsír:118,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller, Szezámag		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.18. - 2018.06.24. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 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
Tízórai	Tea Kenyér rozsz Kenőmájás Paradicsom	Kakaó Kenyér rozsz Margarin Felvágott párizsi Uborka	Tej Kenyér teljeskiőrlésű Húskrém Uborka	Tea Kenyér teljeskiőrlésű Túrókrém sárgarépás Felvágott fóliás sonka Zöldpaprika	Kakaó Kalács fonott 500 gr. Margarin		
Ebéd	Legényfogó leves Grízes tészta Meggy	Zöldborsó leves Paradicsomos hús gombóc	Húsleves Rakott zöldbab	Fahéjas szilvaleves Csirke pörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Lebbencsleves Natúr csirkemell Vadas mártás Párolt rizs		
Uzsonna	Kenyér rozsz Sajtkrém Felvágott zala Zöldpaprika	Kifli tejes 50 gr Sajt kocka Paradicsom	Zsemle teljeskiőrlésű Margarin Szalámi turista Uborka	Kenyér búzakorpás Margarin Alma	Kifli magvas 50 r. Sajtkrém Zöldpaprika Joghurt gyümölcsös		
Tápérték össz.	En: 6500 kj /1548 kc Fehérje: 58,5 gr Szh.: 211,9 gr Cuk:42,6gr Só:4,8 gr Zsír:52,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9848 kj /2345 kc Fehérje: 83,5 gr Szh.: 241,1 gr Cuk:65,1gr Só:5 gr Zsír:111,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9570 kj /2278 kc Fehérje: 87,6 gr Szh.: 275 gr Cuk:1,3gr Só:3,9 gr Zsír:127,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6111 kj /1455 kc Fehérje: 60,8 gr Szh.: 182,4 gr Cuk:29,8gr Só:7,6 gr Zsír:55 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10550 kj /2512 kc Fehérje: 95,2 gr Szh.: 316,8 gr Cuk:35,4gr Só:9,8 gr Zsír:94,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.25. - 2018.07.01. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 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
Tízórai	Tea Kenyér rozs Vajkrém natúr Felvágott toast sonka Uborka	Kakaó Kenyér rozs Húskrém Zöldpaprika	Tej Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé Kukoricás buci Sajtkrém Felvágott zala Retek jégcsap	Tea Kenyér rozs Margarin Uborka Tojás		
Ebéd	Gulyásleves Káposztás tészta	Kertész leves Rántott csirkemell Zöldséges bulgur Meggy	Paradicsom leves Rakott burgonya	ABC tészta leves Tökfőzelék Fasírt	Májgaluska leves Túrós derelye Meggy		
Uzsonna	Kifli tejes 50 gr Sajt kocka Paradicsom	Kifli sajtos 50 gr Vajkrém magyaros Zöldpaprika	Kenyér teljeskiőrlésű Sajtkrém Felvágott zala Uborka	Kenyér búzakorpás Vajkrém magyaros Zöldpaprika Kefír	Dejós kifli Üdítő 2 dl Bravó		
Tápérték össz.	En: 6533 kj /1556 kc Fehérje: 55,7 gr Szh.: 217,7 gr Cuk:33,2gr Só:3,9 gr Zsír:54 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10332 kj /2460 kc Fehérje: 83,9 gr Szh.: 183,3 gr Cuk:21,9gr Só:3,8 gr Zsír:103 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9033 kj /2151 kc Fehérje: 71,9 gr Szh.: 197 gr Cuk:34,3gr Só:6,1 gr Zsír:112,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7635 kj /1818 kc Fehérje: 67,5 gr Szh.: 177,4 gr Cuk:40,9gr Só:5,8 gr Zsír:90,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5200 kj /1238 kc Fehérje: 34,8 gr Szh.: 170,6 gr Cuk:38,2gr Só:5,4 gr Zsír:42,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás