

Heti étlap: 2018.11.05. - 2018.11.11. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év

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

	2018.11.05. hétfő	2018.11.06. kedd	2018.11.07. szerda	2018.11.08. csütörtök	2018.11.09. péntek	2018.11.10. szombat	2018.11.11. vasárnap
Reggeli	Tea Kenyér fehér Kenőmájás Paradicsom	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin Uborka	Tej Fahéjas ferdinánd	Tejeskávé Kalács fonott 500 gr. Mézes margarin	Kakaó Kenyér fehér Tojáskrém Zöldpaprika	Tea Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott pizza sonka Uborka	
Ebéd	Káposzta leves Bácskai rizses hús Vegyes befőtt	Lebbencsleves Tökfőzelék Fasírt Müzsli szelet	Csurgatott tojásleves Rántott hal Párolt rizs Majonézes kukorica	Zöldborsó főzelék Csirke pörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Jókai bableves Lekváros levél	Paradicsom leves Rakott burgonya Mandarin	
Vacsora	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott sidlinges csirkemell Uborka	Tavaszi rizses hús Cékla	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott toast sonka Lilahagyma	Káposztás tészta Banán		Tea Kenyér fehér Tavaszi vagdalthús 130 gr. Paradicsom	
Tápérték össz.	En: 7998 kj /1904 kc Fehérje: 68,9 gr Szh.: 266,1 gr Cuk:31,8gr Só:6,9 gr Zsír:61,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15673 kj /3732 kc Fehérje: 142,7 gr Szh.: 396,6 gr Cuk:62,5gr Só:12 gr Zsír:171,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16291 kj /3879 kc Fehérje: 149,8 gr Szh.: 442 gr Cuk:38,9gr Só:8,9 gr Zsír:158,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18584 kj /4425 kc Fehérje: 184,6 gr Szh.: 536,8 gr Cuk:89,3gr Só:12,7 gr Zsír:178,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9602 kj /2286 kc Fehérje: 88,9 gr Szh.: 232,9 gr Cuk:51,8gr Só:6 gr Zsír:104 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10701 kj /2548 kc Fehérje: 74,1 gr Szh.: 334,8 gr Cuk:106,7gr Só:11,8 gr Zsír:96,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.12. - 2018.11.18. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év

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

	2018.11.12. hétfő	2018.11.13. kedd	2018.11.14. szerda	2018.11.15. csütörtök	2018.11.16. péntek	2018.11.17. szombat	2018.11.18. vasárnap
Reggeli	Kakaó Kenyér fehér Túrókrém sárgarépas Felvágott zala Uborka	Kakaó Puffancs 50 gr. Margarin	Tej Kenyér fehér Vajkrém natúr Felvágott sajtos párizsi Zöldpaprika	Karamellás tej Briós 50 gr Margarin	Kakaó Pogácsa sajtos		
Ebéd	Palóc leves Grízes tészta Kiwi	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pírtott dara	Sárgaborsó krémleves Fokhagymás tarja Burgonya krokett Cékla	Frankfurti leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka	Gulyásleves Tejbegríz		
Vacsora	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér fehér Májkrém Paradicsom	Káposzta saláta Grill csirkecomb Petrezselymes burgonya	Tea Kenyér fehér Disznósajt Uborka Krémtúró	Csikós tokány Párolt rizs Alma			
Tápérték össz.	En: 15035 kj /3580 kc Fehérje: 140,3 gr Szh.: 450,2 gr Cuk:62,2gr Só:7,2 gr Zsír:145,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16085 kj /3830 kc Fehérje: 173,2 gr Szh.: 379,2 gr Cuk:77,2gr Só:8,7 gr Zsír:179,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15577 kj /3709 kc Fehérje: 125,1 gr Szh.: 287,2 gr Cuk:43,7gr Só:11,2 gr Zsír:220,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17258 kj /4109 kc Fehérje: 146,2 gr Szh.: 428 gr Cuk:47,4gr Só:12,9 gr Zsír:198,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18498 kj /4404 kc Fehérje: 168,8 gr Szh.: 439,9 gr Cuk:90,2gr Só:1,8 gr Zsír:207,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.19. - 2018.11.25. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év

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

	2018.11.19. hétfő	2018.11.20. kedd	2018.11.21. szerda	2018.11.22. csütörtök	2018.11.23. péntek	2018.11.24. szombat	2018.11.25. vasárnap
Reggeli	Tea Kenyér fehér Virsli, mustár	Kakaó Túrós batyú 70 gr	Tej Zsemle teljeskiőrlésű Margarin Szalámi turista Uborka	Tejeskávé Sajtos rúd 50 gr.	Kakaó Kenyér rozs Körözött Felvágott párizsi Zöldpaprika		
Ebéd	Kertész leves Milánói makaróni Túró rudi 30 gr	Kavartgaluska leves Szárabb főzelék Sült kolbász	Brokkoli krémleves Grill csirkecomb Zöldséges bulgur Vegyes befőtt	Grízgaluska leves Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Köménymag leves Levesgyöngy Paradicsomos hús gombóc		
Vacsora	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér fehér Vajkrém natúr Felvágott toast sonka Zöldpaprika	Natúr csirkemell Hagymás burgonya Káposzta saláta	Tea Kenyér fehér Szalonna rakott erdélyi Lilahagyma Tojás	Kelkáposzta főzelék Fokhagymás tarja			
Tápérték össz.	En: 11646 kj /2773 kc Fehérje: 117,1 gr Szh.: 320,2 gr Cuk:80,8gr Só:15,6 gr Zsír:121,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 21976 kj /5232 kc Fehérje: 219 gr Szh.: 441,3 gr Cuk:62,9gr Só:8,8 gr Zsír:280,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15959 kj /3800 kc Fehérje: 152,9 gr Szh.: 255,9 gr Cuk:31,7gr Só:7,2 gr Zsír:147,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19368 kj /4611 kc Fehérje: 153,5 gr Szh.: 346 gr Cuk:32,6gr Só:11,8 gr Zsír:281,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10376 kj /2470 kc Fehérje: 98,2 gr Szh.: 242,6 gr Cuk:50,7gr Só:5,3 gr Zsír:118,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.26. - 2018.12.02. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év

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

	2018.11.26. hétfő	2018.11.27. kedd	2018.11.28. szerda	2018.11.29. csütörtök	2018.11.30. péntek	2018.12.01. szombat	2018.12.02. vasárnap
Reggeli	Tea Kenyér fehér Tojáskrém Zöldpaprika	Kakaó Briós 50 gr Margarin	Tej Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé Kukoricás buci Sajt lapka Felvágott zala Uborka	Kakaó Kifli tejes 50 gr Vajkrém magyaros Zöldpaprika		
Ebéd	Korhely leves Sajtos - tejfölös tészta Mandarin	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt	Őszibarack krémleves Rántott hal Kukoricás rizs Cékla	Derecskei betyárgulyás Szilvadzsemes töltellini	Zöldbab leves Tarhonyás hús Csemege uborka		
Vacsora	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér fehér Vajkrém magyaros Felvágott májusi csemege Uborka	Sajtos - tejfölös tészta Alma	Tea Kenyér fehér Szendvicsskrém magyaros Felvágott lönchús Zöldpaprika	Fokhagymás tarja Burgonya püré Káposzta saláta	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott soproni Uborka Kefír		
Tápérték össz.	En: 8557 kj /2037 kc Fehérje: 69,6 gr Szh.: 268,6 gr Cuk:34,2gr Só:6,5 gr Zsír:74,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17888 kj /4259 kc Fehérje: 137,1 gr Szh.: 428 gr Cuk:47,5gr Só:4,4 gr Zsír:221 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13686 kj /3259 kc Fehérje: 113,2 gr Szh.: 382 gr Cuk:67,7gr Só:7 gr Zsír:138,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17191 kj /4093 kc Fehérje: 154,2 gr Szh.: 276 gr Cuk:56,7gr Só:16,5 gr Zsír:255,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13840 kj /3295 kc Fehérje: 130,6 gr Szh.: 425,8 gr Cuk:76,6gr Só:9 gr Zsír:133,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás