

**Heti étlap: 2018.09.03. - 2018.09.09. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

	2018.09.03. hétfő	2018.09.04. kedd	2018.09.05. szerda	2018.09.06. csütörtök	2018.09.07. péntek	2018.09.08. szombat	2018.09.09. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott toast sonka Zöldpaprika	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin Uborka	Tej Kakaós csiga	Tejeskávé Zsemle 54 gr Vajkrém natúr Felvágott sajtos párizsi Uborka	Kakaó Pogácsa sajtos		
<b>Ebéd</b>	Francia hagymaleves Hentes tokány Orsó tészta	Karalábé leves tejfölös Lecsós natúr szelet Párolt rizs	Tarhonya leves Mustáros hús Orsó tészta	Köménymag leves Zöldborsó főzelék Fokhagymás tarja	Paradicsom leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka		
<b>Vacsora</b>	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér fehér Vajkrém magyaros Zöldpaprika Joghurt gyümölcsös	Burgonya püré Párolt káposzta	Tea Kenyér fehér Szalonna császár főtt Paradicsom Tojás	Brassói apró pecsenye Sült burgonya Csemege uborka			
<b>Tápérték össz.</b>	En: 9800 kj /2333 kc Fehérje: 77,2 gr Szh.: 283,7 gr Cuk:47,1gr Só:12,5 gr Zsír:101,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15760 kj /3752 kc Fehérje: 134,5 gr Szh.: 439,3 gr Cuk:39,5gr Só:10 gr Zsír:157,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14348 kj /3416 kc Fehérje: 549,4 gr Szh.: 390,9 gr Cuk:42,1gr Só:10 gr Zsír:143,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18762 kj /4467 kc Fehérje: 147,5 gr Szh.: 347,8 gr Cuk:76,8gr Só:12,2 gr Zsír:271,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14823 kj /3529 kc Fehérje: 101,7 gr Szh.: 359 gr Cuk:74gr Só:7,3 gr Zsír:182,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.09.10. - 2018.09.16. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

	2018.09.10. hétfő	2018.09.11. kedd	2018.09.12. szerda	2018.09.13. csütörtök	2018.09.14. péntek	2018.09.15. szombat	2018.09.16. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Virslis, mustár	Kakaó Túrós bukta leveles 50 gr	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tejeskávé Kenyér fehér Sokmagvas vajkrém Zöldpaprika	Kakaó Sajtos rúd 50 gr. Zellerkrém leves		
<b>Ebéd</b>	Szárazbab leves füstölt hússal Túrós tészta tepertővel	Húsleves ( hús ) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pírtott dara	Karalábé leves tejfölös Mandulás rántott szelet Zöldséges bulgur Meggy befőtt 5/1	Zöldborsó leves Tarhonyás hús Csalamádé	Csirke pörkölt Párolt rizs Csemege uborka		
<b>Vacsora</b>	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott olasz Paradicsom	Rakott burgonya Alma	Tea Zsemle 54 gr Szendvicskrém natúr Szalámi turista Zöldpaprika	Bolognai Spagetti tészta			
<b>Tápérték össz.</b>	En: 12652 kj /3012 kc Fehérje: 115,6 gr Szh.: 302,4 gr Cuk:38gr Só:12,3 gr Zsír:148,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16088 kj /3830 kc Fehérje: 148,4 gr Szh.: 399,3 gr Cuk:66,2gr Só:6,9 gr Zsír:174,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19618 kj /4671 kc Fehérje: 139,3 gr Szh.: 293,3 gr Cuk:40,3gr Só:2,1 gr Zsír:235,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15739 kj /3747 kc Fehérje: 168,4 gr Szh.: 438,3 gr Cuk:44,5gr Só:13,4 gr Zsír:149,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 12077 kj /2876 kc Fehérje: 131,9 gr Szh.: 301,3 gr Cuk:34,8gr Só:9,6 gr Zsír:124,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.09.17. - 2018.09.23. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

2018.09.17. hétfő

2018.09.18. kedd

2018.09.19. szerda

2018.09.20. csütörtök

2018.09.21. péntek

2018.09.22. szombat

2018.09.23. vasárnap

<b>Reggeli</b>	Tea Kalács fonott 500 gr. Gyümölcsös túró	Kakaó Zsemle 54 gr Margarin Felvágott májusi csemege Uborka	Joghurt gyümölcsös Tej Kenyér fehér Kenőmájás Uborka	Tejeskávé Kenyér fehér Tojáskrém Retek jégcsap	Kakaó Puffancs 50 gr. Margarin		
<b>Ebéd</b>	Tavaszi zöldségleves Budapest szelet Orsó tészta	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt	Brokkoli krémleves Rántott hal Párolt rizs Majonézes kukorica	Bakonyi betyárleves Szilvadzsemes töltellini	Lebbencsleves Rakott zöldbab		
<b>Vacsora</b>	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér fehér Libapástétom 130 gr. Paradicsom	Tavaszi rizses hús Cékla	Tea Kifli magvas 50 r. Vajkrém magyaros Felvágott olasz Zöldpaprika	Kelkáposzta főzelék Rántott csirkemell			
<b>Tápérték össz.</b>	En: 9382 kj /2234 kc Fehérje: 99,5 gr Szh.: 315,4 gr Cuk:36,9gr Só:9,6 gr Zsír:72,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18509 kj /4407 kc Fehérje: 152,6 gr Szh.: 452,1 gr Cuk:57,7gr Só:8,4 gr Zsír:218,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17373 kj /4137 kc Fehérje: 164,8 gr Szh.: 469,8 gr Cuk:54,6gr Só:8,6 gr Zsír:171,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11908 kj /2835 kc Fehérje: 140,4 gr Szh.: 257 gr Cuk:40,5gr Só:6,9 gr Zsír:129,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10396 kj /2475 kc Fehérje: 108,7 gr Szh.: 375,5 gr Cuk:31,8gr Só:4,4 gr Zsír:103,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.09.24. - 2018.09.30. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 év**

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

	2018.09.24. hétfő	2018.09.25. kedd	2018.09.26. szerda	2018.09.27. csütörtök	2018.09.28. péntek	2018.09.29. szombat	2018.09.30. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Kenőmájás Zöldpaprika	Kakaó Briós 50 gr Margarin	Tej Sajtos rúd 50 gr.	Tejeskávé Kenyér fehér Margarin Felvágott zala Uborka	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin		
<b>Ebéd</b>	Kertész leves Bakonyi sertés borda Szarvacska tészta	Lencse leves Bácskai rizses hús Vegyes befőtt	Zöldbab leves Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Tarhonya leves Paradicsomos hús gombóc	Csurgatott tojásleves Csikós tokány Olasz csavart tészta		
<b>Vacsora</b>	Üdítő 2 dl Bravó Kenyér búzakorpás Vajkrém natúr Felvágott májusi csemege Uborka	Lassagne Banán	Tea Zsemle korpás Sajtkrém Felvágott fóliás sonka Zöldpaprika	Tea Rakott karfiol Müzli szelet			
<b>Tápérték össz.</b>	En: 8583 kj /2044 kc Fehérje: 80,4 gr Szh.: 267 gr Cuk:33,6gr Só:9,9 gr Zsír:80,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18716 kj /4456 kc Fehérje: 181,9 gr Szh.: 488 gr Cuk:58,7gr Só:8,2 gr Zsír:196,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 12317 kj /2933 kc Fehérje: 126 gr Szh.: 313,5 gr Cuk:41,4gr Só:9,4 gr Zsír:139,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14611 kj /3479 kc Fehérje: 124,7 gr Szh.: 339,5 gr Cuk:81,5gr Só:5,8 gr Zsír:177,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11818 kj /2814 kc Fehérje: 114,8 gr Szh.: 268 gr Cuk:31,1gr Só:7,6 gr Zsír:138,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal