

Heti étlap: 2018.06.01. - 2018.06.03. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 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
Reggeli	Tejeskávé, tea Kenyér rozs Margarin Felvágott toast sonka Zöldpaprika	Karamellás tej, tea Puffancs 50 gr. Margarin	Tea Kenyér fehér Libapástétom 130 gr. Zöldpaprika				
Ebéd	Zellerkrém leves Pirított kenyérkocka Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csalamádé	Becsinált leves csirkeszárnnyal Fánk	Zöldséges burgonya leves Rakott karfiol				
Vacsora	Tea Zsemle 54 gr Felvágott zala Szendvicskrém sidlinges Zöldpaprika	Tea Kenyér fehér Szendvicskrém magyaros Tejföl 20 % poharas	Tea Kenyér fehér Tepertőkrém Uborka				
Tápérték össz.	<i>En: 13893 kj /3308 kc Fehérje: 105 gr Szh.: 376,3 gr Cuk:59,6gr Só:12,8 gr Zsír:150,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>En: 17110 kj /4074 kc Fehérje: 96,5 gr Szh.: 405,6 gr Cuk:106,8gr Só:5 gr Zsír:224,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>	<i>En: 8196 kj /1951 kc Fehérje: 61,8 gr Szh.: 279,1 gr Cuk:62,2gr Só:8,1 gr Zsír:62,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr</i>				
Allergén össze- tevéők össz.	<i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller</i>	<i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>Glutén, Tej, Zeller</i>				

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.04. - 2018.06.10. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 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
Reggeli	Tea Kenyér fehér Tojáskrém Paradicsom	Kakaó, tea Kuglóf 500gr. Margarin	Tej, tea Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé, tea Briós 50 gr Margarin	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Vajkrém magyaros Uborka	Tej, tea Fahéjas ferdinánd	Tea Kenyér fehér Tojásos lecsó kolbással
Ebéd	Frankfurti leves Betyáros Müzli szelet	Grizgaluska leves Finom főzelék Fasírt	Köménymag leves Levesgyöngy Rántott hal Petrezselymes burgonya	Karalábé leves tejfölös Tárkonyos pulykaragu Színes penne tészta	Vegyes gyümölcsleves Csirkemáj rizottó Cékla	Kavartgaluska leves Székelykáposzta	Kertész leves Natúr csirkemell Petrezselymes burgonya Meggy befőtt 5/1
Vacsora	Tea Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott soproni Retek jégcsap Alma	Brassói apró pecsenye Sült burgonya Csemege uborka	Tea Kenyér fehér Szalonna rakott erdélyi Paradicsom Tojás	Sült oldalas Burgonya püré Párolt káposzta	Tea Kenyér fehér Margarin kolbász füstölt Paradicsom	Tea Kenyér fehér Tavaszi vagdalthús 130 gr. Zöldpaprika	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott soproni Uborka
Tápérték össz.	En: 11903 kj /2834 kc Fehérje: 77,7 gr Szh.: 364,2 gr Cuk:64,1gr Só:9,4 gr Zsír:117,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18077 kj /4304 kc Fehérje: 141 gr Szh.: 350,3 gr Cuk:90gr Só:9 gr Zsír:253,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14059 kj /3347 kc Fehérje: 126,5 gr Szh.: 327,3 gr Cuk:46gr Só:9,6 gr Zsír:159,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19910 kj /4741 kc Fehérje: 216,5 gr Szh.: 481,5 gr Cuk:33gr Só:15,5 gr Zsír:219,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13050 kj /3107 kc Fehérje: 102,3 gr Szh.: 393,3 gr Cuk:114,7gr Só:3,9 gr Zsír:121,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14999 kj /3571 kc Fehérje: 138,1 gr Szh.: 408,9 gr Cuk:46,9gr Só:5,3 gr Zsír:147,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14140 kj /3367 kc Fehérje: 89,2 gr Szh.: 288,4 gr Cuk:67,9gr Só:14,4 gr Zsír:197,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.11. - 2018.06.17. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 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
Reggeli	Tea Kenyér fehér Virslis, mustár	Kakaó, tea Túrós bukta leveles 50 gr	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tejeskávé, tea Puffancs 50 gr. Margarin	Kakaó, tea Pogácsa sajtos	Tej, tea Bundás kenyér, trappista sajt	Tea Kenyér fehér Szendvicsskrém magyaros Felvágott lönchús Uborka
Ebéd	Derecskei betyárgulyás Mákos-dejós tészta Kiwi	Húsleves Burgonya főzelék Fokhagymás tarja	Citromos kertileves Rántott csirke mell Kukoricás köles Tartár mártás	Brokkoli krémleves Tarhonyás hús Csemege uborka	Jókai bableves Mogyorókrémes mini gombóc	Csurgatott tojásleves Csikós tokány Szarvacskas tészta	Meggyleves Rántott csirkecomb Hagymás burgonya Csemege uborka
Vacsora	Tea Kenyér búzakorpás Margarin Felvágott fóliás sonka Zöldpaprika	Csirke pörkölt Olasz csavart tészta Cékla	Tea Kenyér fehér Sajt kocka Felvágott soproni Paradicsom	Párizsi sertés szelet Petrezselymes burgonya Meggy befőtt 5/1	Tea Kifli sajtos 50 gr Májkrem Paradicsom	Tea Kenyér fehér Szalonna császár főtt Paradicsom Tojás	Tea Kenyér fehér Sajtkrém tömlős natúr 10 dkg Alma
Tápérték össz.	En: 14459 kJ /3443 kcal Fehérje: 107,9 gr Szh.: 365,7 gr Cuk:103,4gr Só:24,5 gr Zsír:175,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 23304 kJ /5548 kcal Fehérje: 202 gr Szh.: 530,2 gr Cuk:97,5gr Só:16,4 gr Zsír:289,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18419 kJ /4386 kcal Fehérje: 146,5 gr Szh.: 435,8 gr Cuk:49,8gr Só:11,6 gr Zsír:221 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19695 kJ /4689 kcal Fehérje: 151,6 gr Szh.: 393,2 gr Cuk:36,4gr Só:8,7 gr Zsír:277,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15456 kJ /3680 kcal Fehérje: 117,8 gr Szh.: 378 gr Cuk:111,9gr Só:7,5 gr Zsír:182,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16694 kJ /3975 kcal Fehérje: 579,1 gr Szh.: 373,5 gr Cuk:46,3gr Só:12,8 gr Zsír:184,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9892 kJ /2355 kcal Fehérje: 73,4 gr Szh.: 343,2 gr Cuk:96,5gr Só:8,5 gr Zsír:76,2 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, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

Heti étlap: 2018.06.18. - 2018.06.24. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 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
Reggeli	Tea Kenyér rozs Kenőmáj Paradicsom	Kakaó, tea Kenyér rozs Margarin Felvágott párizsi Uborka	Tej, tea Kenyér fehér Húskrém Uborka	Tea Kenyér fehér Túrókrém sárgarépás Felvágott fóliás sonka Zöldpaprika	Kakaó, tea Kalács fonott 500 gr. Margarin	Tejeskávé, tea Puffancs 50 gr. Margarin	Tea Főzőkolbász, kenyér, mustár
Ebéd	Legényfogó leves Grízes tészta Meggy	Zöldborsó leves Paradicsomos hús gombóc	Húsleves Rakott zöldbab	Fahéjas szilvaleves Csirke pörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Lebbencsleves Natúr sertés szelet Vadas mártás Párolt rizs	Halászlé Tejbegríz	Tejfölös gomba leves Csülök pörkölt Főtt burgonya Csemege uborka
Vacsora	Tea Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott zala Zöldpaprika	Reszelt máj Főtt burgonya Csemege uborka	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott olasz Uborka	Kelkáposzta főzelék Sertés pörkölt	Tea Kenyér fehér Sajtkrém Zöldpaprika Tojás Joghurt gyümölcsös	Tea Kenyér fehér Tepertőkrém Sajt kocka Paradicsom	Tea Kenyér fehér Szendvicskrém magyaros Tojás Kefír
Tápérték össz.	En: 10682 kj /2543 kc Fehérje: 87,5 gr Szh.: 379,6 gr Cuk:93,3gr Só:7,5 gr Zsír:75,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15444 kj /3677 kc Fehérje: 132,6 gr Szh.: 412,5 gr Cuk:118,3gr Só:12 gr Zsír:160,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14619 kj /3481 kc Fehérje: 128,7 gr Szh.: 450,8 gr Cuk:47gr Só:7,4 gr Zsír:174,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10838 kj /2580 kc Fehérje: 142,2 gr Szh.: 314,2 gr Cuk:55,8gr Só:19,6 gr Zsír:89,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16830 kj /4007 kc Fehérje: 130 gr Szh.: 491,6 gr Cuk:118,3gr Só:13,6 gr Zsír:162,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18424 kj /4387 kc Fehérje: 201,9 gr Szh.: 469,1 gr Cuk:120,2gr Só:3,1 gr Zsír:181,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 12919 kj /3076 kc Fehérje: 120,7 gr Szh.: 292,8 gr Cuk:70,4gr Só:42,5 gr Zsír:156,6 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, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Hal, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.06.25. - 2018.07.01. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 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
Reggeli	Tea Kenyér rozs Vajkrém natúr Felvágott toast sonka Uborka	Kakaó, tea Kenyér rozs Húskrém Zöldpaprika	Tej, tea Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé, tea Kukoricás buci Sajtkrém Felvágott zala Retek jégcsap	Tej, tea Dejős bur kifli	Tea Kenyér fehér Sajtos omlett Paradicsom	
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	Zöldbab főzelék Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Cékla	
Vacsora	Tea Kenyér fehér Disznósajt Paradicsom	Stíriai metélt Üdítő 2 dl Bravó	Tea Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott zala Uborka	Grill csirkecomb Hagymás burgonya Csemege uborka	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott kemencés húskenyér Uborka	Tea Kenyér fehér Libapástétom 130 gr. Zöldpaprika	
Tápérték össz.	En: 9194 kj /2189 kc Fehérje: 74,1 gr Szh.: 341,3 gr Cuk:72,2gr Só:7,5 gr Zsír:60,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19577 kj /4661 kc Fehérje: 171,8 gr Szh.: 427,7 gr Cuk:113,7gr Só:8,1 gr Zsír:167,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14714 kj /3503 kc Fehérje: 107,8 gr Szh.: 372,3 gr Cuk:91,3gr Só:9,1 gr Zsír:166,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14366 kj /3421 kc Fehérje: 144,1 gr Szh.: 272 gr Cuk:52,2gr Só:13,7 gr Zsír:193 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11365 kj /2706 kc Fehérje: 100,4 gr Szh.: 319,8 gr Cuk:69,6gr Só:8,7 gr Zsír:108,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13533 kj /3222 kc Fehérje: 106,4 gr Szh.: 406,1 gr Cuk:94,8gr Só:12,3 gr Zsír:136,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Szójabab, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás