

Heti étlap: 2018.11.01. - 2018.11.04. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.11.01. csütörtök	2018.11.02. péntek	2018.11.03. szombat	2018.11.04. vasárnap	2018.11.05. hétfő	2018.11.06. kedd	2018.11.07. szerda
Reggeli	Tea Kenyér fehér Sajtos omlett Paradicsom	Tejeskávé, tea Kenyér fehér Margarin Felvágott párizsi Zöldpaprika	Tea Főzőkolbász, kenyér, mustár	Tej, tea Bundás kenyér, trappista sajt			
Ebéd	Húsleves Töltött káposzta	Karalábé leves tejfölös Párizsi sertés szelet Párolt rizs , gomba Cékla	Májgaluska leves Mákos-dejós tészta Mandarin	Meggyleves Sült oldalas Hagymás burgonya Párolt káposzta			
Vacsora	Brassói apró pecsenye Sült burgonya Csemege uborka	Tea Kenyér fehér Szalonna császár főtt Sajt kocka Tojás Uborka	Tea Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott zala Paradicsom	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott olasz Savanyú káposzta			
Tápérték össz.	En: 14076 kj /3351 kc Fehérje: 124,6 gr Szh.: 220,6 gr Cuk:36,9gr Só:9,9 gr Zsír:205,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19742 kj /4700 kc Fehérje: 552,3 gr Szh.: 416,9 gr Cuk:72,9gr Só:8,8 gr Zsír:268,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13030 kj /3102 kc Fehérje: 100,5 gr Szh.: 404,4 gr Cuk:103,9gr Só:22,2 gr Zsír:124,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 20436 kj /4866 kc Fehérje: 184,7 gr Szh.: 392,8 gr Cuk:84,1gr Só:12,2 gr Zsír:270,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr			
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Dió, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller			

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.05. - 2018.11.11. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.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, tea Kifli sajtos 50 gr Margarin Uborka	Tej, tea Fahéjas ferdinánd	Tejeskávé, tea Kalács fonott 500 gr. Mézes margarin	Kakaó, tea Kenyér rozs Tojáskrém Zöldpaprika	Tej, tea Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott toast sonka Uborka	Tea Sült szalonna, kenyér Paradicsom
Ebéd	Káposzta leves Bácskai rizses hús Vegyes befőtt	Lebbencsleves Tökfőzelék Fasírt Müzli szelet	Csurgatott tojásleves Rántott hal Párolt rizs Majonézes kukorica	Zöldborsó leves Csirke pörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Jókai bableves Lekváros levél	Paradicsom leves Rakott burgonya Mandarin	Lencse leves Rántott csirkemell Mexicói rizs Cékla Zöldpaprika Tojás
Vacsora	Tea 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 Vajkrém magyaros Zöldpaprika Joghurt gyümölcsös	Tea Kenyér fehér Tavaszi vagdalthús 130 gr. Paradicsom	Tea Kenyér fehér Margarin Kolbász füstölt
Tápérték össz.	En: 8505 kj /2025 kc Fehérje: 69 gr Szh.: 296,6 gr Cuk:61,9gr Só:8,9 gr Zsír:61,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16405 kj /3906 kc Fehérje: 143,5 gr Szh.: 438,7 gr Cuk:102,6gr Só:12 gr Zsír:172,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16554 kj /3941 kc Fehérje: 150,1 gr Szh.: 457,4 gr Cuk:53,9gr Só:8,9 gr Zsír:158,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15678 kj /3733 kc Fehérje: 161,9 gr Szh.: 479,7 gr Cuk:43,8gr Só:13,7 gr Zsír:136,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 12822 kj /3053 kc Fehérje: 102 gr Szh.: 377,8 gr Cuk:136,9gr Só:8,1 gr Zsír:118,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14683 kj /3496 kc Fehérje: 122,8 gr Szh.: 398,2 gr Cuk:91,5gr Só:11,9 gr Zsír:148,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16585 kj /3949 kc Fehérje: 99,2 gr Szh.: 339,1 gr Cuk:87gr Só:8,4 gr Zsír:233,6 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, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Mustár

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.12. - 2018.11.18. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.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	Tea Kenyér fehér Túrókrém sárgarépas Felvágott zala Uborka	Kakaó, tea Puffancs 50 gr. Margarin	Tej, tea Kenyér fehér Vajkrém natúr Felvágott párizsi Zöldpaprika	Karamellás tej, tea Briós 50 gr Margarin	Kakaó, tea Pogácsa sajtos	Tea Kenyér fehér Tepertókrém Paradicsom Tojás	Tea Kenyér fehér Tojásos lecsó kolbással
Ebéd	Palóc leves Grízes tészta Kivi	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pírtott dara	Sárgaborsó krémleves Fokhagymás tarja Burgonya krokett Cékla	Frankfurti leves Paprikásburgonya, kolbással, nokedlivel Csemege uborka	Gulyásleves Tejbegríz	Zöldséges burgonya leves Rakott karfiol	Gombakrém leves Mandulás rántott szelet Hagymás burgonya Meggy befőtt 5/1
Vacsora	Tea Kenyér fehér Májkrem Paradicsom	Grill csirkecomb Petrezselymes burgonya Káposzta saláta	Tea Kenyér fehér Disznósajt Uborka Krémtúró	Csikós tokány Párolt rizs Alma	Tea Kenyér fehér Szendvicskrém natúr szalámi száraz Zöldpaprika	Tea Rántott szelet, szezámagos Mexicói rizs Csemege uborka	Tea Kenyér fehér Szalonna császár főtt Lilahagyma Tojás
Tápérték össz.	En: 11194 kj /2665 kc Fehérje: 89 gr Szh.: 402,9 gr Cuk:92,5gr Só:7,2 gr Zsír:91 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17280 kj /4114 kc Fehérje: 178,3 gr Szh.: 444,7 gr Cuk:117,1gr Só:8,4 gr Zsír:180,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16120 kj /3838 kc Fehérje: 128,4 gr Szh.: 302,9 gr Cuk:58,7gr Só:11,8 gr Zsír:227,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17299 kj /4119 kc Fehérje: 146,4 gr Szh.: 429,8 gr Cuk:47,5gr Só:12,9 gr Zsír:199 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 21228 kj /5054 kc Fehérje: 178,6 gr Szh.: 571,5 gr Cuk:162,9gr Só:3,6 gr Zsír:217,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10879 kj /2590 kc Fehérje: 91,4 gr Szh.: 307,5 gr Cuk:65gr Só:10,4 gr Zsír:103 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11060 kj /2633 kc Fehérje: 499,6 gr Szh.: 309,3 gr Cuk:69gr Só:11 gr Zsír:104,8 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	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

Heti étlap: 2018.11.19. - 2018.11.25. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.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 Virslis, mustár	Kakaó, tea Túrós batyú 70 gr	Tej, tea Kenyér fehér Margarin Szalámi turista Uborka	Tejeskávé, tea Sajtos rúd 50 gr.	Kakaó, tea Kenyér fehér Körözött Felvágott párizsi Zöldpaprika	Tej, tea Pogácsa sajtos	Tea Kenyér fehér Kenőmájas 10 dkg Paradicsom
Ebéd	Kertész leves Milánói makaróni Túrós rudi 30 gr	Kavartgaluska leves Szárzabab főzelék Sült kolbász	Brokkoli krémleves Grill csirkecomb Zöldséges bulgur Vegyes befőtt	Grízgaluska leves Leccsós natúr szelet Burgonya püré	Köménymag leves Levesgyöngy Paradicsomos hús gombóc	Tárkonyos pulykaragu Fánk	Tavaszi zöldségleves Rántott csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka
Vacsora	Tea 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	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott zala Trappista sajt Zöldpaprika	Tea Kenyér fehér Felvágott párizsi Uborka Tejföl 20 % poharas	Tea Kenyér fehér Tavaszi vagdalthús 130 gr. Savanyú káposzta
Tápérték össz.	En: 10394 kj /2475 kc Fehérje: 101,4 gr Szh.: 264,5 gr Cuk:113,7gr Só:16,1 gr Zsír:116,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 22708 kj /5407 kc Fehérje: 219,8 gr Szh.: 483,4 gr Cuk:103,1gr Só:8,8 gr Zsír:280,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16076 kj /3828 kc Fehérje: 150,4 gr Szh.: 263,9 gr Cuk:46,6gr Só:8,4 gr Zsír:147,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18597 kj /4428 kc Fehérje: 145,2 gr Szh.: 329,4 gr Cuk:27,7gr Só:10,8 gr Zsír:272,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14132 kj /3365 kc Fehérje: 120,2 gr Szh.: 374,3 gr Cuk:121,4gr Só:7,3 gr Zsír:148,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19012 kj /4527 kc Fehérje: 132,8 gr Szh.: 426,5 gr Cuk:80,4gr Só:2,7 gr Zsír:252,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10581 kj /2519 kc Fehérje: 109,8 gr Szh.: 331,3 gr Cuk:65,2gr Só:13,1 gr Zsír:85,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

Heti étlap: 2018.11.26. - 2018.12.02. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / I.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, tea Briós 50 gr Margarin	Tej, tea Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé, tea Kukoricás buci Felvágott zala Sajt lapka Uborka	Kakaó, tea Kifli sajtos 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	Tea 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 Zöldpaprika		
Tápérték össz.	En: 9047 kj /2154 kc Fehérje: 69,5 gr Szh.: 298,6 gr Cuk:64,2gr Só:6,5 gr Zsír:75 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 18855 kj /4489 kc Fehérje: 139,7 gr Szh.: 481,6 gr Cuk:87,7gr Só:5,6 gr Zsír:221,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15349 kj /3654 kc Fehérje: 130,5 gr Szh.: 421 gr Cuk:82,6gr Só:7 gr Zsír:156,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16522 kj /3934 kc Fehérje: 145,9 gr Szh.: 259,3 gr Cuk:51,8gr Só:15,5 gr Zsír:249,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 14528 kj /3459 kc Fehérje: 130 gr Szh.: 460,7 gr Cuk:112,3gr Só:8,5 gr Zsír:135,7 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, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás