

Heti étlap: 2018.10.01. - 2018.10.07. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.10.01. hétfő	2018.10.02. kedd	2018.10.03. szerda	2018.10.04. csütörtök	2018.10.05. péntek	2018.10.06. szombat	2018.10.07. vasárnap
Reggeli	Tea Kenyér fehér Vajkrém magyaros Felvágott zala Uborka	Kakaó, tea Kenyér fehér Körözött Zöldpaprika	Tej, tea Fahéjas ferdinánd	Karamellás tej, tea Sajtos rúd 50 gr.	Kakaó, tea Kalács fonott 500 gr. Mézes margarin	Tea Bundás kenyér, trappista sajt	Tea Sült szalonna, kenyér
Ebéd	Tavaszi zöldségleves Rakott savanyú káposzta	Gombakrém leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csalamádé	Káposzta leves Mandulás rántott szelet Mexicói rizs Csalamádé	Húsleves Tökfőzelék Fasírt	Savanyú burgonya leves Tarhonyás hús Alma	Halászlé Túrós tészta tepertővel	Spárgakrém leves Sült oldalas Hagymás burgonya Csemege uborka
Vacsora	Tea Kenyér fehér Szalonna császár főtt Tojás Sajt kocka Lilahagyma Narancs	Grill csirkecomb Mexicói rizs Csemege uborka	Tea Zsemle 54 gr Szendvicskrém magyaros Felvágott májusi csemege Zöldpaprika	Brassói apró pecsenye Sült burgonya Csemege uborka	Tea Búzakorpás diákrúd 50 gr Vajkrém magyaros Joghurt gyümölcsös	Tea Kenyér fehér Felvágott kemencés húskenyér Sajt kocka Savanyú káposzta	Tea Kenyér fehér Felvágott párizsi Uborka Tejfől 20 % poharas
Tápérték össz.	En: 9483 kj /2258 kc Fehérje: 503 gr Szh.: 292,9 gr Cuk:69gr Só:11,5 gr Zsír:86,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17790 kj /4236 kc Fehérje: 167 gr Szh.: 423 gr Cuk:78,1gr Só:16,5 gr Zsír:206,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13881 kj /3305 kc Fehérje: 114,5 gr Szh.: 427,9 gr Cuk:50gr Só:6,4 gr Zsír:121,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16654 kj /3965 kc Fehérje: 132,7 gr Szh.: 321,3 gr Cuk:64,4gr Só:9,9 gr Zsír:235 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15209 kj /3621 kc Fehérje: 128,7 gr Szh.: 479,7 gr Cuk:125,8gr Só:6,6 gr Zsír:133,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15557 kj /3704 kc Fehérje: 159,5 gr Szh.: 315,7 gr Cuk:67,1gr Só:7,6 gr Zsír:187,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 16529 kj /3935 kc Fehérje: 112,4 gr Szh.: 263,5 gr Cuk:68,3gr Só:11,6 gr Zsír:265,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej	Glutén, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.10.08. - 2018.10.14. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.10.08. hétfő	2018.10.09. kedd	2018.10.10. szerda	2018.10.11. csütörtök	2018.10.12. péntek	2018.10.13. szombat	2018.10.14. vasárnap
Reggeli	Tea Kenyér fehér Virslis, mustár	Kakaó, tea Kenyér fehér Tojáskrém Zöldpaprika	Tej, tea Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé, tea Briós 50 gr Margarin	Kakaó, tea Kifli tejes 50 gr Margarin Zöldpaprika	Tea Zsemle 54 gr Sajtkrém Szalámi turista Paradicsom	Tea Kolbászos rántotta Kenyér fehér Uborka
Ebéd	Korhelyleves füstölt tarjával Sajtos - tejfölös tészta Alma	Karalábé leves tejfölös Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Csemege uborka Kavartgaluska leves Csirke pörkölt Olasz csavart tészta	Őszibarack krémleves Rántott hal Párolt rizs Majonézes kukorica	Derecskei betyárgulyás Túrógombóc	Csurgatott tojásleves Reszelt máj Főtt burgonya Csemege uborka	Frankfurti leves Bácskai rizses hús Meggy befőtt 5/1 Mandarin
Vacsora	Tea Zsemle 54 gr Szendvicsskrém natúr Felvágott zala Lilahagyma	Tea Sajtos tejfölös lángos Banán	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott toast sonka Trappista sajt Uborka	Fokhagymás tarja Petrezselymes burgonya Párolt káposzta	Tea Zsemle 54 gr Margarin szalámi száraz Uborka	Tea Kenyér fehér Tavaszi vagdalthús 130 gr. Krémtúró	Tea Kifli tejes 50 gr Felvágott lönchhús Sajt kocka Uborka
Tápérték össz.	En: 10738 kj /2557 kc Fehérje: 97 gr Szh.: 318,3 gr Cuk:68,3gr Só:13,6 gr Zsír:104,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 22055 kj /5251 kc Fehérje: 159,3 gr Szh.: 559,1 gr Cuk:106,7gr Só:9,7 gr Zsír:258,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15814 kj /3765 kc Fehérje: 167,4 gr Szh.: 428,4 gr Cuk:48,7gr Só:15,6 gr Zsír:153 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 22555 kj /5370 kc Fehérje: 161,2 gr Szh.: 436,6 gr Cuk:63,9gr Só:14,3 gr Zsír:325,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13551 kj /3227 kc Fehérje: 108,7 gr Szh.: 401,4 gr Cuk:124,4gr Só:9,2 gr Zsír:129,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8465 kj /2016 kc Fehérje: 79,9 gr Szh.: 288,8 gr Cuk:66,3gr Só:12,5 gr Zsír:57,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13813 kj /3289 kc Fehérje: 111,3 gr Szh.: 349,8 gr Cuk:74gr Só:10,6 gr Zsír:150 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

Heti étlap: 2018.10.15. - 2018.10.21. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.10.15. hétfő	2018.10.16. kedd	2018.10.17. szerda	2018.10.18. csütörtök	2018.10.19. péntek	2018.10.20. szombat	2018.10.21. vasárnap
Reggeli	Tea Kalács fonott 500 gr. Gyümölcsös túró	Tea Puffancs 50 gr. Margarin	Tej, tea Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tejeskávé, tea Zsemle 54 gr Szendvicsskrém natúr Felvágott párizsi Zöldpaprika	Kakaó, tea Túrós bukta leveles 50 gr	Tea Kenyér fehér Szalonna rakott erdélyi Lilahagyma Tojás	Tea Kenyér fehér Sajtkrém Felvágott zala Uborka
Ebéd	Meggyleves Betyáros Túró rudi 30 gr	Köménymag leves Píritott kenyérkocka Zöldborsó főzelék Fasírt	Paradicsom leves Grill csirkecomb Zöldséges bulgur Őszibarack befőtt	Kertész leves Natúr sertés szelet Vadas mártás Párolt rizs	Babgulyás Lekváros derelye	Fahéjas szilvaleves Párizsi sertés szelet Párolt rizs , gomba Csemege uborka	Zellerkrém leves Csülkös pacal Főtt burgonya Cékla Zellerkrém leves
Vacsora	Tea Kifli sajtos 50 gr Margarin Felvágott olasz Uborka Kefír	Sertés pörkölt Orsó tészta Cékla	Tea Kifli sajtos 50 gr Győri keksz Puding csoki-van.	Rakott burgonya Csemege uborka	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott lönchshús Lilahagyma Kiwi	Tea Kenyér fehér Vajkrém magyaros Felvágott párizsi Paradicsom	Tea Kenyér fehér Libapástétom 130 gr. Savanyú káposzta
Tápérték össz.	En: 13099 kj /3119 kc Fehérje: 74,4 gr Szh.: 417,5 gr Cuk:141,7gr Só:3,5 gr Zsír:132,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 13045 kj /3106 kc Fehérje: 117,5 gr Szh.: 342,7 gr Cuk:82,7gr Só:17,3 gr Zsír:142,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 19254 kj /4584 kc Fehérje: 143,1 gr Szh.: 377,3 gr Cuk:107,6gr Só:4,5 gr Zsír:189,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15592 kj /3712 kc Fehérje: 132,8 gr Szh.: 385,2 gr Cuk:39gr Só:17,4 gr Zsír:180,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 12974 kj /3089 kc Fehérje: 117,4 gr Szh.: 417,8 gr Cuk:108gr Só:8,5 gr Zsír:99,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15240 kj /3629 kc Fehérje: 74,7 gr Szh.: 373,6 gr Cuk:86,8gr Só:9,2 gr Zsír:198,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11305 kj /2692 kc Fehérje: 107,9 gr Szh.: 309,3 gr Cuk:75,7gr Só:16 gr Zsír:111,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.10.22. - 2018.10.28. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2018.10.22. hétfő	2018.10.23. kedd	2018.10.24. szerda	2018.10.25. csütörtök	2018.10.26. péntek	2018.10.27. szombat	2018.10.28. vasárnap
Reggeli	Tea Kenyér fehér Kenőmájás Paradicsom	Kakaó, tea Kuglóf 500gr. Margarin	Tej, tea Dejós bur kifli	Tejeskávé, tea Pogácsa sajtos	Kakaó, tea Kenyér fehér Margarin Felvágott lönchshús Zöldpaprika Tojás	Tej, tea Fahéjas ferdinánd	Tea Kenyér fehér Körözött 5 dkg Felvágott olasz Paradicsom
Ebéd	Lebbencsleves Rakott karfiol	Zöldbab leves Rántott csirkecomb Mexicói rizs Csemege uborka	Zöldborsó leves Natúr csirkemell Petrezselymes burgonya Káposzta saláta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Piritott dara	Francia hagymaleves Tavaszi rizses hús Cékla	ABC tészta leves Szárzabb főzelék Sült kolbász	Betyárleves Fánk
Vacsora	Tea Kenyér fehér Disznósajt Savanyú káposzta	Paprikásburgonya, kolbással, nokedlivel Meggy befőtt 5/1	Tea Kenyér fehér Vajkrém magyaros Felvágott májusi csemege Retek jégcsap	Rakott zöldbab Mandarin	Tea Kenyér fehér Szendvicsskrém natúr Felvágott toast sonka Uborka	Tea Kenyér fehér Tepertőkrém Zöldpaprika Joghurt gyümölcsös	Tea Kenyér fehér Bácskai hurka Savanyú káposzta
Tápérték össz.	En: 8755 kj /2084 kc Fehérje: 67,9 gr Szh.: 276,1 gr Cuk:61,5gr Só:8,2 gr Zsír:79 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17347 kj /4130 kc Fehérje: 142,2 gr Szh.: 481 gr Cuk:86,7gr Só:12 gr Zsír:191,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11139 kj /2652 kc Fehérje: 123,6 gr Szh.: 317,3 gr Cuk:62,6gr Só:10,1 gr Zsír:95 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 17051 kj /4060 kc Fehérje: 160,8 gr Szh.: 541,1 gr Cuk:58,1gr Só:2,7 gr Zsír:181,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15159 kj /3609 kc Fehérje: 131,7 gr Szh.: 442,4 gr Cuk:115,7gr Só:10,6 gr Zsír:138,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 20366 kj /4849 kc Fehérje: 181,7 gr Szh.: 455,5 gr Cuk:76,1gr Só:6,8 gr Zsír:248,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 11685 kj /2782 kc Fehérje: 78,2 gr Szh.: 313,9 gr Cuk:96,3gr Só:11,4 gr Zsír:131,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

#####

Heti étlap: 2018.10.29. - 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

	2018.10.29. hétfő	2018.10.30. kedd	2018.10.31. szerda	2018.11.01. csütörtök	2018.11.02. péntek	2018.11.03. szombat	2018.11.04. vasárnap
Reggeli	Tea Zsemle magvas 54 gr. Vajkrém natúr szalámi száraz Paradicsom	Kakaó, tea Sajtos rúd 50 gr.	Tej, tea Kalács fonott 500 gr. Margarin				
Ebéd	Palóc leves Grizes tészta	Zöldséges burgonya leves Paradicsomos hús gombóc	Sárgaborsó krémleves Rántott csirkemell Burgonya püré Csemege uborka				
Vacsora	Tea Kenyér búzakorpás Sajtkrém Felvágott párizsi Zöldpaprika Alma	Párizsi sertés szelet Sült burgonya Csemege uborka	Tea Kenyér búzakorpás Felvágott zala Zöldpaprika Joghurt gyümölcsös				
Tápérték össz.	En: 9374 kj /2232 kc Fehérje: 63,9 gr Szh.: 351,2 gr Cuk:94,8gr Só:4,1 gr Zsír:79,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 20912 kj /4979 kc Fehérje: 132,2 gr Szh.: 405,8 gr Cuk:94gr Só:6,3 gr Zsír:308,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 15661 kj /3729 kc Fehérje: 165 gr Szh.: 444,1 gr Cuk:62,6gr Só:9,3 gr Zsír:137,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr				
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####