

**Heti étlap: 2018.01.01. - 2018.01.07. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

2018.01.01. hétfő

2018.01.02. kedd

2018.01.03. szerda

2018.01.04. csütörtök

2018.01.05. péntek

2018.01.06. szombat 2018.01.07. vasárnap

<b>Tízórai</b>		Tea Sajtos rúd 50 gr.	Kakaó Kalács fonott 500 gr. Gyümölcsös túró	Tej Kenyér teljeskiőrlésű Kenőmájás Paradicsom	Karamellás tej Kenyér rozsz Margarin Felvágott sajtos párizsi Zöldpaprika		
<b>Ebéd</b>		Májgaluska leves Grízes tészta Sárgabarack dzsem Alma	Vegyes gyümölcsleves Rántott csirkemell Mexicói rizs Csemege uborka	Kertész leves Bolognai Spagetti tészta	Gulyásleves Túrógombóc Mandarin		
<b>Uzsonna</b>		Zsemle szezán magvas 50 gr Margarin Felvágott párizsi Savanyú káposzta	Kenyér teljeskiőrlésű Vajkrém natúr Szalámi turista Retek hónapos	Kifli magvas 50 r. Sajtkrém Szalámi diákcsemege Zöldpaprika	Kenyér rozsz Vajkrém magyaros Felvágott kópé szelet Lilahagyma		
<b>Tápérték össz.</b>		En: 5284 kj /1258 kc Fehérje: 33,9 gr Szh.: 177,3 gr Cuk:23,2gr Só:3,2 gr Zsír:46,6 gr Tzs:0 gr	En: 8597 kj /2047 kc Fehérje: 82,3 gr Szh.: 233,9 gr Cuk:21,8gr Só:3 gr Zsír:84 gr Tzs:0 gr	En: 8286 kj /1973 kc Fehérje: 91,1 gr Szh.: 217,9 gr Cuk:9,5gr Só:3,8 gr Zsír:82,7 gr Tzs:0 gr	En: 7032 kj /1674 kc Fehérje: 65,7 gr Szh.: 172 gr Cuk:11,1gr Só:3,4 gr Zsír:76,1 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>		Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezám	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Szezám	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.01.08. - 2018.01.14. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

2018.01.08. hétfő

2018.01.09. kedd

2018.01.10. szerda

2018.01.11. csütörtök

2018.01.12. péntek

2018.01.13. szombat

2018.01.14. vasárnap

Tízórai	Tea Kenyér búzakorpás Virslis, mustár	Kakaó Briós 50 gr Margarin	Tej Kalács fonott 500 gr. Mogyorókrém	Tejeskávé Kenyér búzakorpás Sajtkrém Felvágott májusi csemege Zöldpaprika	Kakaó Kenyér rozs Vajkrém magyaros Uborka		
<b>Ebéd</b>	Zöldséges burgonya leves Mustáros hús Orsó tészta	Húsleves Zöldborsó főzelék Natúr csirkemell	Paradicsom leves Burgonya püré Pan. Halrúd	ABC tészta leves Székelykáposzta Müzsli szelet	Legényfogó leves Mogyorókrémes mini gombóc		
<b>Uzsonna</b>	Kukoricás buci Vajkrém natúr Szalámi diákcsemege Zöldpaprika	Sajtos pogácsa Kiwi	Kenyér teljeskiőrlésű Vajkrém magyaros Retek jégcsap Tojás	Kenyér búzakorpás Margarin Szalámi turista Sajt lapka Retek jégcsap	Korpoovit keksz Krémtúró		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4861 kj /1157 kc Fehérje: 45,4 gr Szh.: 125,7 gr Cuk:15,3gr Só:4,3 gr Zsír:53,5 gr Tzs:0 gr	En: 7358 kj /1752 kc Fehérje: 73,9 gr Szh.: 146,3 gr Cuk:12,6gr Só:2,7 gr Zsír:93,5 gr Tzs:0 gr	En: 8589 kj /2045 kc Fehérje: 67,5 gr Szh.: 209 gr Cuk:7,4gr Só:3 gr Zsír:99,6 gr Tzs:0 gr	En: 8576 kj /2042 kc Fehérje: 90,7 gr Szh.: 151,4 gr Cuk:7,9gr Só:1,8 gr Zsír:114,7 gr Tzs:0 gr	En: 4998 kj /1190 kc Fehérje: 60,3 gr Szh.: 101,3 gr Cuk:7,8gr Só:2,1 gr Zsír:57,4 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.01.15. - 2018.01.21. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

	2018.01.15. hétfő	2018.01.16. kedd	2018.01.17. szerda	2018.01.18. csütörtök	2018.01.19. péntek	2018.01.20. szombat	2018.01.21. vasárnap
<b>Tízórai</b>	Tea Kifli tejes 50 gr Kenőmájas Retek jégcsap	Kakaó Kenyér rozs Tojáskrém Uborka	Tej Kakaós csiga	Karamellás tej Puffancs 50 gr. Mézes margarin	Kakaó Zsemle 54 gr Sajtkrém szalámi száraz Uborka		
<b>Ebéd</b>	Töklevés Betyáros Alma	Tarhonya leves Milánói makaróni Banán	Brokkoli krémleves Csirke pörkölt Olasz csavart tészta Cékla	Köménymag leves Sültpalacsinta csik Burgonya főzelék Fasírt	Frankfurti leves Csirkemáj rizottó vegyes befőtt		
<b>Uzsonna</b>	Kenyér búzakorpás Vajkrém natúr Felvágott zala Zöldpaprika	Briós 50 gr Joghurt gyümölcsös	Kukoricás buci Margarin Szalámi turista Paradicsom	Búzakorpás diákrúd 50 gr Margarin Alma	Kenyér rozs Felvágott pizza sonka Sajt lapka Retek jégcsap		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4404 kj /1048 kc Fehérje: 32,4 gr Szh.: 162,7 gr Cuk:14,2gr Só:1,8 gr Zsír:31,7 gr Tzs:0 gr	En: 7515 kj /1789 kc Fehérje: 74,6 gr Szh.: 184,9 gr Cuk:24,7gr Só:2,8 gr Zsír:78,7 gr Tzs:0 gr	En: 6856 kj /1632 kc Fehérje: 82,4 gr Szh.: 155,1 gr Cuk:7gr Só:3,6 gr Zsír:74,5 gr Tzs:0 gr	En: 7718 kj /1838 kc Fehérje: 67,3 gr Szh.: 178,3 gr Cuk:16,1gr Só:2,5 gr Zsír:90,5 gr Tzs:0 gr	En: 8953 kj /2132 kc Fehérje: 102,4 gr Szh.: 207,1 gr Cuk:7,8gr Só:4,4 gr Zsír:96,3 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal

**Heti étlap: 2018.01.22. - 2018.01.28. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

	2018.01.22. hétfő	2018.01.23. kedd	2018.01.24. szerda	2018.01.25. csütörtök	2018.01.26. péntek	2018.01.27. szombat	2018.01.28. vasárnap
<b>Tízórai</b>	Tea Kenyér búzakorpás Sajtkrém Felvágott párizsi Paradicsom	Kakaó Sajtos pogácsa	Tej Túrós batyú 70 gr	Tejeskávé Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Kakaó Kukoricás buci Margarin Felvágott toast sonka Uborka		
<b>Ebéd</b>	Tavaszi húsoleves csirkemellel Túrós tészta Narancs	Csurgatott tojásleves Paradicsomos hús gombóc	Zellerkrém leves Mandulás rántott szelet Hagymás burgonya Csemege uborka	Húsoleves Lecsós natúr szelet Párolt rizs	Szárazbab leves füstölt hússal Lekváros derelye		
<b>Uzsonna</b>	Pizza kolbászos 100gr Alma	Gofri Alma	Kenyér teljeskiőrlésű Margarin Felvágott májusi csemege Lilahagyma	Kenyér búzakorpás Vajkrém natúr Felvágott zala	Győri keksz Joghurt gyümölcsös		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3699 kj /881 kc Fehérje: 47,1 gr Szh.: 106,1 gr Cuk:7,7gr Só:2 gr Zsír:32 gr Tzs:0 gr	En: 4648 kj /1107 kc Fehérje: 55 gr Szh.: 99,3 gr Cuk:12,1gr Só:0,5 gr Zsír:49,9 gr Tzs:0 gr	En: 11175 kj /2661 kc Fehérje: 100,2 gr Szh.: 178,4 gr Cuk:3gr Só:3,3 gr Zsír:166,7 gr Tzs:0 gr	En: 8433 kj /2008 kc Fehérje: 65,4 gr Szh.: 184,9 gr Cuk:8,5gr Só:2,1 gr Zsír:108,7 gr Tzs:0 gr	En: 5143 kj /1225 kc Fehérje: 51,4 gr Szh.: 101,9 gr Cuk:19,7gr Só:1,2 gr Zsír:65,5 gr Tzs:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.01.29. - 2018.02.04. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

2018.01.29. hétfő

2018.01.30. kedd

2018.01.31. szerda

2018.02.01. csütörtök

2018.02.02. péntek

2018.02.03. szombat

2018.02.04. vasárnap

<b>Tízórai</b>	Tea Briós 50 gr Mézes margarin	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Vajkrém natúr Szalámi diákcsemege Uborka	Tej Kakaós csiga				
<b>Ebéd</b>	Húsgombóc leves Sajtos - tejfölös tészta Alma	Lebbencsleves Rakott karfiol Müzsli szelet	Fahéjas szilvaleves Pan. Halrúd Kukoricás rizs Csemege uborka				
<b>Uzsonna</b>	Zsemle 54 gr Margarin Felvágott pizza sonka Lilahagyma	Mexicói rúd 40 gr Mandarin	Kenyér teljeskiőrlésű Margarin Sajt lapka Zöldpaprika Tojás				
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5867 kj /1397 kc Fehérje: 43,9 gr Szh.: 169,5 gr Cuk:10,2gr Só:2 gr Zsír:68,3 gr Tzs:0 gr	En: 8600 kj /2048 kc Fehérje: 84,8 gr Szh.: 220,9 gr Cuk:8gr Só:3,3 gr Zsír:90 gr Tzs:0 gr	En: 9956 kj /2371 kc Fehérje: 77,1 gr Szh.: 218,5 gr Cuk:9gr Só:3,2 gr Zsír:125,9 gr Tzs:0 gr				
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####