

Heti étlap: 2018.11.05. - 2018.11.11. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
Tízórai	Tea Kenyér rozs Kenőmájás Paradicsom	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin Uborka	Tej Kakaós csiga	Tejeskávé Kalács fonott 500 gr. Mézes margarin	Kakaó Kenyér rozs Tojáskrém Zöldpaprika	Tea Kenyér rozs Sajtkrém Felvágott pizza sonka Uborka	
Ebéd	Káposzta leves Bácskai rizses hús Vegyes befőtt	Lebbencsleves Tökfőzelék Fasírt Müzli szelet	Csurgatott tojásleves Pan. Halrúd Párolt rizs Majonéz kukorica	Zöldborsó leves Csirke pörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Jókai bableves Lekváros levél	Paradicsom leves Rakott burgonya Mandarin	
Uzsonna	Kenyér rozs Sajtkrém Felvágott sidlinges csirkemell Uborka	Zsemle magvas 54 gr. Sajt lapka Felvágott zala Uborka Alma	Kenyér rozs Margarin Felvágott toast sonka Lilahagyma	Kukoricás buci Szendvicsskrém natúr Felvágott májusi csemege Uborka	Korpo vit keksz Joghurt gyümölcsös	Sós pereg Üdítő 2 dl Bravó	
Tápérték össz.	En: 4770 kj /1136 kc Fehérje: 40,5 gr Szh.: 151,4 gr Cuk:21,3gr Só:3,9 gr Zsír:39,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8868 kj /2111 kc Fehérje: 81 gr Szh.: 189,1 gr Cuk:36,1gr Só:5,8 gr Zsír:111,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8838 kj /2104 kc Fehérje: 67,1 gr Szh.: 199,6 gr Cuk:6,4gr Só:4,3 gr Zsír:110,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8337 kj /1985 kc Fehérje: 87,6 gr Szh.: 207,9 gr Cuk:28,3gr Só:7 gr Zsír:89 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6736 kj /1604 kc Fehérje: 63,2 gr Szh.: 160,3 gr Cuk:44,4gr Só:4,1 gr Zsír:74,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5603 kj /1334 kc Fehérje: 36,2 gr Szh.: 165,6 gr Cuk:54gr Só:6,8 gr Zsír:54,9 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, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.12. - 2018.11.18. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
Tízórai	Tea Kenyér rozs Túrókrém sárgarépás Felvágott zala Uborka	Kakaó Puffancs 50 gr. Margarin	Tej, gabonapehely	Karamellás tej Briós 50 gr Margarin	Kakaó Pogácsa sajtos		
Ebéd	Palóc leves Grízes tészta Kiwi	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pírtott dara	Sárgaborsó krémleves Rántott csirkemell Burgonya krokett Cékla	Frankfurti leves Paprikásburgonya, kolbásszal, nokedlivel Csemege uborka	Gulyásleves Tejbegríz		
Uzsonna	Búzakorpás diákrúd 50 gr Májkrém Paradicsom	Zsemle 54 gr Sajtkrém sidlinges Felvágott párizsi Lilahagyma	Nutribellás keksz (teljeskiőrlésű) Krémtúró	Kukoricás buci Sajtkrém Felvágott májusi csemege Uborka Alma	Zsemle magvas 54 gr. Szendvicskrém natúr szalámi száraz Zöldpaprika		
Tápérték össz.	En: 7155 kj /1704 kc Fehérje: 63,7 gr Szh.: 232 gr Cuk:41,8gr Só:4,5 gr Zsír:66 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8363 kj /1991 kc Fehérje: 79,9 gr Szh.: 232,2 gr Cuk:51,3gr Só:2,1 gr Zsír:82,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6733 kj /1603 kc Fehérje: 75 gr Szh.: 139,6 gr Cuk:7,6gr Só:2,7 gr Zsír:80,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9373 kj /2232 kc Fehérje: 75 gr Szh.: 227,7 gr Cuk:35,2gr Só:6,3 gr Zsír:112 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 12698 kj /3023 kc Fehérje: 118,4 gr Szh.: 306,1 gr Cuk:71,8gr Só:1,3 gr Zsír:140,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.19. - 2018.11.25. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
Tízórai	Tea Kenyér búzakorpás Virsli, mustár	Kakaó Túrós batyú 70 gr	Tej Zsemle teljeskiőrlésű Margarin Szalámi turista Uborka	Tejeskávé Sajtos rúd 50 gr.	Kakaó Kenyér rozs Körözött Felvágott párizsi Zöldpaprika		
Ebéd	Kertész leves Milánói makaróni Túró rudi 30 gr	Kavartgaluska leves Szárzabab főzelék Húskroket	Brokkoli krémleves Grill csirkecomb Zöldséges bulgur Vegyes befőtt	Grízgaluska leves Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Köménymag leves Levesgyöngy Paradicsomos hús gombóc		
Uzsonna	Kenyér rozs Vajkrém natúr Felvágott toast sonka Zöldpaprika	Zsemle magvas 54 gr. Vajkrém magyaros Felvágott májusi csemege Zöldpaprika	Dejós kifli Alma	Búzakorpás diákrúd 50 gr Joghurt gyümölcsös	Kenyér rozs Margarin Felvágott zala Trappista sajt Zöldpaprika		
Tápérték össz.	En: 6051 kj /1441 kc Fehérje: 59,7 gr Szh.: 149,9 gr Cuk:68,2gr Só:8,4 gr Zsír:69,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9802 kj /2334 kc Fehérje: 92,9 gr Szh.: 270,8 gr Cuk:35,8gr Só:5,3 gr Zsír:94,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9737 kj /2318 kc Fehérje: 86,9 gr Szh.: 136,7 gr Cuk:0,9gr Só:3,2 gr Zsír:104,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9368 kj /2230 kc Fehérje: 75,8 gr Szh.: 241,4 gr Cuk:34,6gr Só:5,3 gr Zsír:103,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8134 kj /1937 kc Fehérje: 78,6 gr Szh.: 177,5 gr Cuk:28,8gr Só:4,5 gr Zsír:97,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.11.26. - 2018.12.02. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
Tízórai	Tea Kenyér fehér Tojáskrém Zöldpaprika	Kakaó Briós 50 gr Margarin	Tej Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé Kukoricás buci Sajt lapka Felvágott zala Uborka	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Vajkrém magyaros Zöldpaprika		
Ebéd	Korhely leves Sajtos - tejfölös tészta Mandarin	Húsleves Burgonya főzelék Fasírt	Őszibarack krémleves Pan. Halrúd Kukoricás rizs Cékla	Derecskei betyárgulyás Szilvadzsemes töltellini	Zöldbab leves Tarhonyás hús Csemege uborka		
Uzsonna	Zsemle teljeskiőrlésű Vajkrém magyaros Felvágott májusi csemege Uborka	Sós pereg Üdítő 2 dl Bravó Alma	Kifli magvas 50 r. Szendvicsskrém magyaros Zöldpaprika Joghurt gyümölcsös	Kifli tejes 50 gr Májkrém Uborka	Pogácsa sajtos Kefír		
Tápérték össz.	En: 5195 kj /1237 kc Fehérje: 44,6 gr Szh.: 161,6 gr Cuk:22,9gr Só:3,4 gr Zsír:45,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8609 kj /2050 kc Fehérje: 64,9 gr Szh.: 213 gr Cuk:27,7gr Só:3,7 gr Zsír:100,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9360 kj /2229 kc Fehérje: 71,9 gr Szh.: 252,7 gr Cuk:38,3gr Só:2,9 gr Zsír:101,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7662 kj /1824 kc Fehérje: 88,7 gr Szh.: 127,2 gr Cuk:30,7gr Só:4,4 gr Zsír:103 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9461 kj /2253 kc Fehérje: 83 gr Szh.: 265,1 gr Cuk:33gr Só:4,7 gr Zsír:105,9 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, Szezámag	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás