

**Heti étlap: 2018.10.01. - 2018.10.07. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év**

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
<b>Tízórai</b>	Tea Kenyér rosz Vajkrém magyaros Felvágott zala Uborka	Kakaó Kenyér rosz Körözött Zöldpaprika	Tej Kakaós csiga	Karamellás tej Sajtos rúd 50 gr.	Kakaó Kalács fonott 500 gr. Mézes margarin		
<b>Ebéd</b>	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		
<b>Uzsonna</b>	Kukoricás buci Margarin Trappista sajt Paradicsom Narancs	Kenyér rosz Sajtkrém sidlinges Felvágott toast sonka Paradicsom	Zsemle 54 gr Szendvicssaláta magyaros Felvágott májusi csemege Zöldpaprika	Kenyér rosz Vajkrém natúr Felvágott zala Paradicsom	Búzakorpás diákrúd 50 gr Joghurt gyümölcsös		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 4768 kj /1135 kc Fehérje: 42,6 gr Szh.: 120,8 gr Cuk:23gr Sól:6 gr Zsír:57,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9170 kj /2183 kc Fehérje: 80,4 gr Szh.: 227,7 gr Cuk:22,9gr Sól:7,1 gr Zsír:102,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9178 kj /2185 kc Fehérje: 79,4 gr Szh.: 217,5 gr Cuk:3,3gr Sól:2,7 gr Zsír:106,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8537 kj /2033 kc Fehérje: 63,4 gr Szh.: 195 gr Cuk:47,2gr Sól:5,8 gr Zsír:107,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8589 kj /2045 kc Fehérje: 76,7 gr Szh.: 255,3 gr Cuk:41,1gr Sól:4,2 gr Zsír:80,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.10.08. - 2018.10.14. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év**

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
<b>Tízórai</b>	Tea Kenyér rozs Virslí, mustár	Kakaó Kenyér rozs Tojáskrém Zöldpaprika	Tej Kalács kakaós 500 gr Margarin	Tejeskávé Briós 50 gr Margarin	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin Zöldpaprika	Tea Zsemle 54 gr Sajtkrém Szalámi turista Paradicsom	
<b>Ebéd</b>	Korhelyleves füstölt tarjával Sajtos - tejfölös tészta Alma	Karalábé leves tejfölös Lecsós natúr szelet Burgonya püré	Kavartgaluska leves Csirke pörkölt Olasz csavart tészta Csemege uborka	Őszibarack krémleves Pan. Halrúd Párolt rizs Majonézes kukorica	Derecskei betyárgulyás Túrógombóc	Csurgatott tojásleves Reszelt máj Főtt burgonya Csemege uborka	
<b>Uzsonna</b>	Zsemle 54 gr Szendvicsskrém natúr Felvágott zala Lilahagyma	Kifli tejes 50 gr Sajt kocka Paradicsom Banán	Kenyér rozs Margarin Felvágott toast sonka Trappista sajt Uborka	Kifli magvas 50 r. Vajkrém magyaros Zöldpaprika Mandarin	Zsemle teljeskiőrlésű Margarin szalámi száraz Uborka	Nutribellás keksz (teljeskiőrlésű) Krémtúró	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5278 kj /1257 kc Fehérje: 47 gr Szh.: 162,6 gr Cuk:24,3gr Só:6,7 gr Zsír:48,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9385 kj /2235 kc Fehérje: 85,8 gr Szh.: 267,3 gr Cuk:27,6gr Só:5,8 gr Zsír:86,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9111 kj /2169 kc Fehérje: 95,9 gr Szh.: 220,7 gr Cuk:2,4gr Só:8,1 gr Zsír:98,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10444 kj /2487 kc Fehérje: 72,9 gr Szh.: 282,2 gr Cuk:43,5gr Só:2,3 gr Zsír:117,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7721 kj /1838 kc Fehérje: 70,3 gr Szh.: 190,7 gr Cuk:38,1gr Só:4 gr Zsír:85,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3513 kj /836 kc Fehérje: 38 gr Szh.: 110,2 gr Cuk:23,8gr Só:4,2 gr Zsír:25,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Mustár, Szezámag	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, 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 / 7-10 év**

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
<b>Tízórai</b>	Tea Kalács fonott 500 gr. Gyümölcsös túró	Kakaó Puffancs 50 gr. Margarin	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tejeskávé Zsemle 54 gr Szendvicskrém natúr Felvágott párizsi Zöldpaprika	Kakaó Túrós bukta leveles 50 gr		
<b>Ebéd</b>	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		
<b>Uzsonna</b>	Kifli sajtos 50 gr Margarin Uborka Kefír	Kenyér rozsz Sajtkrém Felvágott toast sonka Paradicsom	Győri keksz Puding csoki-van.	Kifli tejes 50 gr Májkrém Uborka Kiwi	Kenyér rozsz Vajkrém magyaros Felvágott zala Paradicsom		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 7597 kj /1809 kc Fehérje: 44,8 gr Szh.: 235,5 gr Cuk:88,3gr Só:1,7 gr Zsír:78,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 9160 kj /2181 kc Fehérje: 83,7 gr Szh.: 227,3 gr Cuk:51,8gr Só:6,2 gr Zsír:99,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10456 kj /2489 kc Fehérje: 78,2 gr Szh.: 172,6 gr Cuk:41,3gr Só:2,9 gr Zsír:112,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8873 kj /2113 kc Fehérje: 85,7 gr Szh.: 214,3 gr Cuk:24,3gr Só:7,7 gr Zsír:103,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7170 kj /1707 kc Fehérje: 75,6 gr Szh.: 207,1 gr Cuk:27,8gr Só:5,7 gr Zsír:59,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.10.22. - 2018.10.28. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év**

Szeghalom Város Önkormányzat Intézményműködtető Központja, 5520 Szeghalom, Tildy út 19-21. / II.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
<b>Tízórai</b>			Tej Dejós bur kifli	Tejeskávé Pogácsa sajtos	Kakaó Kenyér rozsz Margarin Zöldpaprika Tojás		
<b>Ebéd</b>			Zöldborsó leves Natúr csirkemell Petrezselymes burgonya Káposzta saláta	Húsleves (hús) Gyümölcs mártás Főtt hús darált Piritott dara	Francia hagymaleves Tavaszi rizses hús Cékla		
<b>Uzsonna</b>			Kenyér rozsz Vajkrém magyaros Felvágott májusi csemege Retek jégcsap	Kukoricás buci Szalámi turista Sajt lapka Zöldpaprika Mandarin	Kenyér rozsz Szendvicsskrém natúr Felvágott toast sonka Uborka		
<b>Tápérték össz.</b>			En: 6564 kj /1563 kc Fehérje: 77,9 gr Szh.: 171,4 gr Cuk:11,6gr Só:6,2 gr Zsír:59,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10217 kj /2433 kc Fehérje: 96,9 gr Szh.: 223,4 gr Cuk:51,3gr Só:1,4 gr Zsír:125,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8864 kj /2110 kc Fehérje: 85,3 gr Szh.: 239,7 gr Cuk:29,9gr Só:5,8 gr Zsír:86,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>			Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

#####

**Heti étlap: 2018.10.29. - 2018.11.04. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év**

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

<b>Tízórai</b>	Tea Zsemle magvas 54 gr. Vajkrém natúr szalámi száraz Paradicsom	Kakaó Sajtos rúd 50 gr.	Tej, gabonapehely				
<b>Ebéd</b>	Palóc leves Grizes tészta	Zöldséges burgonya leves Paradicsomos hús gombóc	Sárgaborsó krémleves Rántott csirkemell Burgonya püré Csemege uborka				
<b>Uzsonna</b>	Sós perec Alma	Zsemle magvas 54 gr. Margarin Felvágott zala Sajt lapka Zöldpaprika	Pogácsa sajtos Üdítő 2 dl Bravó Körte				
<b>Tápérték össz.</b>	En: 5332 kj /1270 kc Fehérje: 35,7 gr Szh.: 199,6 gr Cuk:42,3gr Só:2,9 gr Zsír:46,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8694 kj /2070 kc Fehérje: 79,2 gr Szh.: 173,2 gr Cuk:28,6gr Só:3 gr Zsír:112,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 10026 kj /2387 kc Fehérje: 97 gr Szh.: 259,9 gr Cuk:2,7gr Só:5,1 gr Zsír:102,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr				
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller				

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

#####

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal