

**Heti étlap: 2018.07.02. - 2018.07.08. A / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év**

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

	2018.07.02. hétfő	2018.07.03. kedd	2018.07.04. szerda	2018.07.05. csütörtök	2018.07.06. péntek	2018.07.07. szombat	2018.07.08. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott párizsi Uborka	Kakaó Briós 50 gr Margarin	Tej Kakaós csiga	Tejeskávé Kenyér fehér Szendvicsskrém natúr Felvágott zala Zöldpaprika	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin		
<b>Tízórai</b>	Alma	Kiwi	Meggy	Banán	Körte		
<b>Ebéd</b>		Burgonya főzelék Csirke nugets	Karalábé főzelék Natúr csirkemell	Csőben sült brokkoli burgonya alapon darált hússal	Pan. Halrúd Burgonya püré		
<b>Uzsonna</b>	Kifli tejes 50 gr Joghurt gyümölcsös	Kenyér rozs Májkrem Paradicsom	Kenyér rozs Vajkrem natúr Paradicsom Tojás	Györi keksz Krémtúró	Kenyér rozs Sajtkrem Felvágott toast sonka Uborka		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3075 kj /732 kc Fehérje: 17,9 gr Szh.: 106,4 gr Cuk:18,3gr Só:2,2 gr Zsír:24,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7447 kj /1773 kc Fehérje: 67,8 gr Szh.: 170,9 gr Cuk:8,7gr Só:2,3 gr Zsír:87 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6718 kj /1599 kc Fehérje: 69,9 gr Szh.: 157,7 gr Cuk:6,6gr Só:2 gr Zsír:71,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5259 kj /1252 kc Fehérje: 62 gr Szh.: 147,7 gr Cuk:8,2gr Só:1,2 gr Zsír:44,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7226 kj /1721 kc Fehérje: 63,6 gr Szh.: 180 gr Cuk:6,1gr Só:2,6 gr Zsír:79,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevők össz.</b>	Glutén, Földimogyoró, Szójabab, Tej	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej	Glutén, Tojás, Hal, Földimogyoró, Szójabab, Tej		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

**Heti étlap: 2018.07.09. - 2018.07.15. A / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év**

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

	2018.07.09. hétfő	2018.07.10. kedd	2018.07.11. szerda	2018.07.12. csütörtök	2018.07.13. péntek	2018.07.14. szombat	2018.07.15. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Virslí	Kakaó Puffancs 50 gr. Margarin	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tea Kalács fonott 500 gr. Gyümölcsös túró	Tejeskávé Kifli sajtos 50 gr Margarin		
<b>Tízórai</b>	Alma	Banán	Körte	Kiwi	Mandarin		
<b>Ebéd</b>	Rakott zöldbab	Zöldborsó főzelék Fasírt	Kelkáposzta főzelék Sült virslí	Rántott csirkemell Petrezselymes burgonya Őszibarack befőtt	Finom főzelék Bundás mackó		
<b>Uzsonna</b>	Kenyér rozs Sajtkrém Felvágott zala Paradicsom	Kenyér rozs Vajkrém natúr Trappista sajt Uborka	Kenyér teljeskiőrlésű Szendvicskrém natúr Felvágott párizsi Zöldpaprika	Kifli magvas 50 r. Sajt kocka Uborka	Nutribellás keksz (teljeskiőrlésű) Joghurt gyümölcsös		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3127 kj /744 kc Fehérje: 32,4 gr Szh.: 116 gr Cuk:7,1gr Só:3,8 gr Zsír:25 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7916 kj /1885 kc Fehérje: 71,2 gr Szh.: 160,9 gr Cuk:9,5gr Só:1,6 gr Zsír:101,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 37022 kj /8815 kc Fehérje: 59,5 gr Szh.: 137,1 gr Cuk:5,7gr Só:2,6 gr Zsír:862,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4541 kj /1081 kc Fehérje: 44,3 gr Szh.: 139,8 gr Cuk:13,3gr Só:1,3 gr Zsír:37,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6772 kj /1612 kc Fehérje: 45 gr Szh.: 116 gr Cuk:24,8gr Só:0,5 gr Zsír:106,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevék össz.</b>	Glutén, Tej	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Szezámamag	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.07.16. - 2018.07.22. A / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év**

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

2018.07.16. hétfő

2018.07.17. kedd

2018.07.18. szerda

2018.07.19. csütörtök

2018.07.20. péntek

2018.07.21. szombat

2018.07.22. vasárnap

<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Húskrém Paradicsom	Kakaó Kifli sajtos 50 gr Margarin	Tej Fatörzs rúd 80 gr.	Tea Kenyér fehér Margarin Felvágott toast sonka Paradicsom	Tejeskávé Puffancs 50 gr. Margarin		
<b>Tízórai</b>	Alma	Banán	Körte	Kiwi	Alma		
<b>Ebéd</b>	Kertész leves Túrógombóc	Tökfőzelék Sült virsli	Paradicsomos hús gombóc	Pan. Halrúd Burgonya püré	Pulykaragu Olasz csavart tészta		
<b>Uzsonna</b>	Kenyér rozsz Vajkrém natúr Uborka	Kenyér rozsz Sajtkrém Felvágott zala Zöldpaprika	Kifli tejes 50 gr puding csoki-van.	Kenyér rozsz Szendvicskrém natúr Uborka Tojás	Kenyér rozsz Vajkrém natúr Felvágott párizsi Paradicsom		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3220 kj /767 kc Fehérje: 20,3 gr Szh.: 111 gr Cuk:12,9gr Só:2,7 gr Zsír:28,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6589 kj /1569 kc Fehérje: 56,5 gr Szh.: 143,6 gr Cuk:12,1gr Só:3,1 gr Zsír:83,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5780 kj /1376 kc Fehérje: 52,8 gr Szh.: 138,2 gr Cuk:4gr Só:0,2 gr Zsír:64,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 4055 kj /966 kc Fehérje: 28,6 gr Szh.: 122,6 gr Cuk:5,3gr Só:3 gr Zsír:36,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 6241 kj /1486 kc Fehérje: 58,5 gr Szh.: 144,8 gr Cuk:9,5gr Só:2,2 gr Zsír:73,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Földimogyoró, Tej	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej	Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej	Glutén, Tojás, Tej		

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás

**Heti étlap: 2018.07.23. - 2018.07.29. A / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év**

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

	2018.07.23. hétfő	2018.07.24. kedd	2018.07.25. szerda	2018.07.26. csütörtök	2018.07.27. péntek	2018.07.28. szombat	2018.07.29. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Májkrém Paradicsom	Kakaó Kalács fonott 500 gr. Margarin	Tej Fatörzs rúd 80 gr. Margarin	Tea Kenyér rosz Vajkrém natúr Paradicsom Tojás	Tejeskávé Kuglóf 500gr. Margarin		
<b>Tízórai</b>	Körte	Banán	Alma	Mandarin	Kiwi		
<b>Ebéd</b>	Zöldségleves Sajtos - tejfölös tészta	Gyümölcs mártás Főtt hús darált Pírtott dara	Pan. Halrúd Zöldséges bulgur Uborka	Tavaszi rizses hús Meggy befőtt 5/1	Zöldborsó főzelék Natúr csirkemell		
<b>Uzsonna</b>	Kenyér rosz Szendvicsskrém natúr Felvágott zala Zöldpaprika	Kenyér rosz Margarin Felvágott sajtos párizsi Uborka	Kifli tejes 50 gr Joghurt gyümölcsös	Dejós kifli Üdítő 2 dl Bravó	Kenyér rosz Sajtkrém Felvágott toast sonka Zöldpaprika		
<b>Tápérték össz.</b>	En: 3581 kj /853 kc Fehérje: 35,5 gr Szh.: 106,6 gr Cuk:5,7gr Só:2,2 gr Zsír:31,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7283 kj /1734 kc Fehérje: 57,8 gr Szh.: 174,9 gr Cuk:15,6gr Só:1,5 gr Zsír:87,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 7846 kj /1868 kc Fehérje: 56 gr Szh.: 139,1 gr Cuk:13,2gr Só:1 gr Zsír:83,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3628 kj /864 kc Fehérje: 27,6 gr Szh.: 115,9 gr Cuk:8,8gr Só:1,3 gr Zsír:30,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 5752 kj /1370 kc Fehérje: 61,2 gr Szh.: 132,2 gr Cuk:12,4gr Só:2,6 gr Zsír:63,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr		
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Hal, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller		

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás

**Heti étlap: 2018.07.30. - 2018.08.05. A / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év**

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

	2018.07.30. hétfő	2018.07.31. kedd	2018.08.01. szerda	2018.08.02. csütörtök	2018.08.03. péntek	2018.08.04. szombat	2018.08.05. vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea Kenyér fehér Túrókrém sárgarépas Felvágott párizsi Zöldpaprika	Kakaó Kalács fonott 500 gr. Mézes margarin					
<b>Tízórai</b>	Alma	Banán					
<b>Ebéd</b>	Rakott karfiol	Finom főzelék Fasírt Túró rudi 30 gr					
<b>Uzsonna</b>	Győri keksz Krémtúró	Kenyér rozs Sajtkrém Felvágott párizsi Uborka					
<b>Tápérték össz.</b>	En: 2290 kj /545 kc Fehérje: 23 gr Szh.: 53,3 gr Cuk:5,7gr Sól:1,7 gr Zsír:26 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 8576 kj /2042 kc Fehérje: 72 gr Szh.: 188,7 gr Cuk:48,8gr Sól:2,4 gr Zsír:107,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr					
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tej	Glutén, Tojás, Tej					

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Aláírás