

# Heti étlap: 2018.11.26. - 2018.12.02. A / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 15-18 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 |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------|
| <b>Reggeli</b>                                  | Tea<br>Kenyér fehér<br>Tojáskré<br>Zöldpaprika                                                                           | Kakaó<br>Briós 50 gr<br>Margarin                                                                                        | Tej<br>Kalács kakaós 500 gr<br>Margarin                                                                                 | Tejeskávé<br>Kukoricás buci<br>Sajt lapka<br>Felvágott zala<br>Uborka                                                      | Kakaó<br>Kifli tejes 50 gr<br>Vajkrém magyaros<br>Zöldpaprika                                                             |                     |                      |
| <b>Ebéd</b>                                     | Korhely leves<br>Sajtos - tejfölös<br>tészta<br>Mandarin                                                                 | Húsleves<br>Burgonya főzelék<br>Fasírt                                                                                  | Őszibarack<br>krémleves<br>Rántott hal<br>Kukoricás rizs<br>Cékla                                                       | Derecskei<br>betyárgulyás<br>Szilvadzsemes<br>töltellini                                                                   | Zöldbab leves<br>Tarhonyás hús<br>Csemege uborka                                                                          |                     |                      |
| <b>Vacsora</b>                                  | Üdítő 2 dl Bravó<br>Kenyér fehér<br>Vajkrém magyaros<br>Felvágott májusi<br>csemege<br>Uborka                            | Sajtos - tejfölös<br>tészta<br>Alma                                                                                     | Tea<br>Kenyér fehér<br>Szendvicsskrém<br>magyaros<br>Felvágott lönchús<br>Zöldpaprika                                   | Fokhagymás tarja<br>Burgonya püré<br>Káposzta saláta                                                                       | Tea<br>Kenyér fehér<br>Margarin<br>Felvágott soproni<br>Uborka<br>Kefír                                                   |                     |                      |
| <b>Tápérték<br/>össz.</b>                       | En: 8557 kj /2037 kc<br>Fehérje: 69,6 gr<br>Szh.: 268,6 gr<br>Cuk:34,2gr Só:6,5 gr<br>Zsír:74,9 gr Tzs:0 gr<br>Kalc:0 gr | En: 17888 kj /4259 kc<br>Fehérje: 137,1 gr<br>Szh.: 428 gr<br>Cuk:47,5gr Só:4,4 gr<br>Zsír:221 gr Tzs:0 gr<br>Kalc:0 gr | En: 13686 kj /3259 kc<br>Fehérje: 113,2 gr<br>Szh.: 382 gr<br>Cuk:67,7gr Só:7 gr<br>Zsír:138,3 gr Tzs:0 gr<br>Kalc:0 gr | En: 17191 kj /4093 kc<br>Fehérje: 154,2 gr<br>Szh.: 276 gr<br>Cuk:56,7gr Só:16,5 gr<br>Zsír:255,7 gr Tzs:0 gr<br>Kalc:0 gr | En: 13840 kj /3295 kc<br>Fehérje: 130,6 gr<br>Szh.: 425,8 gr<br>Cuk:76,6gr Só:9 gr<br>Zsír:133,3 gr Tzs:0 gr<br>Kalc:0 gr |                     |                      |
| <b>Allergén<br/>össze-<br/>tevéők<br/>össz.</b> | Glutén, Tojás,<br>Szójabab, Tej, Zeller,<br>Mustár                                                                       | Glutén, Tojás, Tej,<br>Zeller                                                                                           | Glutén, Tojás, Hal,<br>Szójabab, Tej                                                                                    | Glutén, Tojás, Tej,<br>Zeller                                                                                              | Glutén, Tojás,<br>Földimogyoró,<br>Szójabab, Tej, Zeller                                                                  |                     |                      |

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás