

	2018.08.20 HÉTFŐ ÜNNEP	2018.08.21 KEDD	2018.08.22 SZERDA	2018.08.23 CSÜTÖRTÖK	2018.08.24 PÉNTEK										
Reggeli		Vaníliás túrókrém, fehér kenyér Tejben oldódó ízesített szívószal Tej	Tojáskrémek rozskenyér Paradicsom Tej	Fonott kalács Tejeskávé	Vajkrémek teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma Almalé										
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g	fehérje: 0 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 312 Kcal szénhidrát: 41 g	fehérje: 16 g cukor: 10 g	zsír / telített zs.: 9 g / 5 g só: 0,9 g	energia: 274 Kcal szénhidrát: 31 g	fehérje: 13 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 11 g / 4,8 g só: 0,7 g	energia: 298 Kcal szénhidrát: 44 g	fehérje: 10 g cukor: 17 g	zsír / telített zs.: 9 g / 4,3 g só: 0,5 g	energia: 226 Kcal szénhidrát: 45 g	fehérje: 3 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 3 g / 1,4 g só: 0,3 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető: szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:									
Tízórai		Sárgadinnye turmix	Eperturnix	Tea Szilva	Barackturmix										
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g	fehérje: 0 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 153 Kcal szénhidrát: 18 g	fehérje: 7 g cukor: 5 g	zsír / telített zs.: 6 g / 3 g só: 0,2 g	energia: 169 Kcal szénhidrát: 17 g	fehérje: 9 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 7 g / 3,8 g só: 0,3 g	energia: 48 Kcal szénhidrát: 11 g	fehérje: 1 g cukor: 3 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 180 Kcal szénhidrát: 20 g	fehérje: 9 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 7 g / 3,8 g só: 0,3 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető:										
Ebéd		Csontleves levesbetét Töltött cukkini Őszibarack	Zöldbableves Pírtott csirkemáj Kukoricás rizs Paradicsomsaláta	Tarhonyaleves Zöldborsófőzelék Dixi Dínó Sárgadinnye	Gulyásleves Diós metélt Görögdinnye										
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g	fehérje: 0 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 302 Kcal szénhidrát: 28 g	fehérje: 13 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 15 g / 4,1 g só: 0,6 g	energia: 351 Kcal szénhidrát: 45 g	fehérje: 16 g cukor: 5 g	zsír / telített zs.: 12 g / 1,9 g só: 0,3 g	energia: 390 Kcal szénhidrát: 53 g	fehérje: 20 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 10 g / 2 g só: 0,4 g	energia: 431 Kcal szénhidrát: 49 g	fehérje: 13 g cukor: 11 g	zsír / telített zs.: 19 g / 4,9 g só: 0,2 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; zeller Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; szója Feltételezhető: zeller	Allergének: glutén; diófélék; zeller Feltételezhető: kén-dioxid, szulfid										
Uzsonna		Sajtkrémek korpás kifli Paprika	Tavaszi felvágott, margarin Zsemle korpás Uborka	Kefir Kornspitz	Ivójoghurt 2% Keks										
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g	fehérje: 0 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 127 Kcal szénhidrát: 15 g	fehérje: 5 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 5 g / 2,5 g só: 0,6 g	energia: 135 Kcal szénhidrát: 17 g	fehérje: 5 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 5 g / 1,5 g só: 0,8 g	energia: 183 Kcal szénhidrát: 24 g	fehérje: 10 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 5 g / 0,7 g só: 0,8 g	energia: 132 Kcal szénhidrát: 24 g	fehérje: 4 g cukor: 13 g	zsír / telített zs.: 2 g / 0,9 g só: 0,2 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz; glutén; szója	Allergének: glutén; tojás; szója Feltételezhető: szója	Allergének: glutén; kén-dioxid, szulfid; tojás; földimogyoró										

A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja!

Angyal Attila
Élelmezésvezető

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

	2018.08.20 HÉTFŐ ÜNNEP	2018.08.21 KEDD	2018.08.22 SZERDA	2018.08.23 CSÜTÖRTÖK	2018.08.24 PÉNTEK										
Tízórai		Vaníliás túrókrém, fehér kenyér Tejben oldódó ízesített szívószál Tej	Tojáskrémös rozskenyér Paradicsom Tej	Fonott kalács Tejeskávé	Vajkrémös teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma Almalé										
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g 0 g	fehérje: 0 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 364 Kcal szénhidrát: 51 g 18 g	fehérje: 18 g cukor: 10 g 10 g	zsír / telített zs.: 9 g / 5 g só: 1,3 g	energia: 286 Kcal szénhidrát: 31 g 14 g	fehérje: 14 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 12 g / 5 g só: 0,7 g	energia: 330 Kcal szénhidrát: 54 g 12 g	fehérje: 12 g cukor: 20 g 20 g	zsír / telített zs.: 7 g / 3,4 g só: 0,7 g	energia: 230 Kcal szénhidrát: 46 g 4 g	fehérje: 4 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 3 g / 1,4 g só: 0,3 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz, glutén Feltételezhető:	Allergének: tojás; tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: szója; tejtermék, laktóz	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:									
Ebéd		Csontleves levesbetét Töltött cukkini Őszibarack	Zöldbableves Pírtott csirkemáj Kukoricás rizs Paradicsomsaláta	Tarhonyaleves Zöldborsófőzelék Sajtpuffancs Sárgadinnye	Gulyásleves Diós metélt Görögdinnye										
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g 0 g	fehérje: 0 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 418 Kcal szénhidrát: 38 g 18 g	fehérje: 18 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 21 g / 6,7 g só: 1 g	energia: 449 Kcal szénhidrát: 59 g 20 g	fehérje: 20 g cukor: 5 g 5 g	zsír / telített zs.: 14 g / 2,3 g só: 0,6 g	energia: 469 Kcal szénhidrát: 59 g 22 g	fehérje: 22 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 16 g / 4,3 g só: 0,6 g	energia: 644 Kcal szénhidrát: 77 g 19 g	fehérje: 19 g cukor: 20 g 20 g	zsír / telített zs.: 28 g / 7 g só: 0,2 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tojás; tejtermék, laktóz; zeller; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: glutén	Allergének: glutén; zeller; diófélék Feltételezhető: kén-dioxid, szulfid									
Uzsonna		Sajtkrémös korpás kifli Paprika	Tavaszi felvágott, margarin Zsemle korpás Uborka	Kefir Kornspitz TK	Ivójoghurt 2% Keks										
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g 0 g	fehérje: 0 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 0 g / 0 g só: 0 g	energia: 181 Kcal szénhidrát: 23 g 7 g	fehérje: 7 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 7 g / 3,3 g só: 0,9 g	energia: 199 Kcal szénhidrát: 26 g 8 g	fehérje: 8 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 7 g / 2,1 g só: 1,2 g	energia: 148 Kcal szénhidrát: 26 g 9 g	fehérje: 9 g cukor: 0 g 0 g	zsír / telített zs.: 1 g / 0,1 g só: 0,9 g	energia: 223 Kcal szénhidrát: 40 g 8 g	fehérje: 8 g cukor: 24 g 24 g	zsír / telített zs.: 3 g / 1,7 g só: 0,3 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: glutén	Allergének: glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz; szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: kén-dioxid, szulfid; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: földimogyoró; tejtermék, laktóz; szója; diófélék; tojás									

A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja!

Angyal Attila
Élelmezésvezető

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA**3170 Szécsény, Magyar út 15.****ÉTLAP****Szünidei gyermekétkeztetés**

	2018.08.20 HÉTFŐ ÜNNEP	2018.08.21 KEDD	2018.08.22 SZERDA	2018.08.23 CSÜTÖRTÖK	2018.08.24 PÉNTEK
Ebéd		Csontleves levesbetét Töltött cukkini Őszibarack	Zöldbableves Pírított csirkemáj Kukoricás rizs Paradicsomsaláta	Tarhonyaleves Zöldborsófőzelék Sajtpuffancs	Gulyásleves Diós metélt
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g zsír / telített zs.: 0 g / 0 g fehérje: 0 g cukor: 0 g só: 0 g	energia: 509 Kcal szénhidrát: 44 g zsír / telített zs.: 27 g / 8,6 g fehérje: 21 g cukor: 0 g só: 1,7 g	energia: 567 Kcal szénhidrát: 74 g zsír / telített zs.: 18 g / 3 g fehérje: 26 g cukor: 5 g só: 1,7 g	energia: 675 Kcal szénhidrát: 65 g zsír / telített zs.: 31 g / 9,5 g fehérje: 33 g cukor: 0 g só: 2,3 g	energia: 733 Kcal szénhidrát: 85 g zsír / telített zs.: 34 g / 8,2 g fehérje: 22 g cukor: 24 g só: 0,7 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: zeller; tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető: glutén	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: glutén	Allergének: diófélék; zeller; glutén Feltételezhető: kén-dioxid, szulfid

A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja!**Angyal Attila**
Élelmezésvezető**Dr. Kacz Károlyné**
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA**3170 Szécsény, Magyar út 15.****ÉTLAP****Felnőtt**

	2018.08.20 HÉTFŐ ÜNNEP	2018.08.21 KEDD	2018.08.22 SZERDA	2018.08.23 CSÜTÖRTÖK	2018.08.24 PÉNTEK
Ebéd		Csontleves levesbetét Töltött cukkini Őszibarack	Zöldbableves Pirított csirkemáj Kukoricás rizs Paradicsomsaláta	Tarhonyaleves Zöldborsófőzelék Sajtpuffancs	Gulyásleves Diós metélt
	energia: 0 Kcal szénhidrát: 0 g fehérje: 0 g zsír / telített zs.: 0 g / 0 g cukor: 0 g só: 0 g	energia: 672 Kcal szénhidrát: 59 g fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 35 g / 10,8 g cukor: 0 g só: 2,8 g	energia: 767 Kcal szénhidrát: 99 g fehérje: 34 g zsír / telített zs.: 26 g / 4 g cukor: 7 g só: 3,2 g	energia: 928 Kcal szénhidrát: 87 g fehérje: 46 g zsír / telített zs.: 43 g / 13,3 g cukor: 0 g só: 3,7 g	energia: 994 Kcal szénhidrát: 115 g fehérje: 29 g zsír / telített zs.: 46 g / 11 g cukor: 35 g só: 1,1 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: zeller; tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető: glutén	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: glutén	Allergének: diófélék; glutén; zeller Feltételezhető: kén-dioxid, szulfid

A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja!**Angyal Attila
Élelmezésvezető****Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus**