

ÉTLAP 2020.32.hét

Bölcsőde 1-3 év

	2020.08.03.	2020.08.04.	2020.08.05.	2020.08.06.	2020.08.07.
Reggeli	Sajtkrém Félbarna kenyér Paprika tv Tej	Pulykasonka, margarin Fehérkenyér Kakaó	Főtt tojás, margarin Fehér kenyér Uborka Vaníliás tej	Zala felvágott, margarin Magvas zsemle Piros paprika Tejben oldódó ízesített szívószál Tej	Szardíniakrém Graham kenyér Paradicsom Tej
	energia: 267 Kcal szénhidrát: 29 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 11 g / 6 g cukor: 0 g só: 1,4 g	energia: 297 Kcal szénhidrát: 45 g fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,7 g cukor: 17 g só: 1,5 g	energia: 327 Kcal szénhidrát: 38 g fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 13 g / 4,9 g cukor: 13 g só: 1 g	energia: 318 Kcal szénhidrát: 32 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 15 g / 5,3 g cukor: 6 g só: 1 g	energia: 266 Kcal szénhidrát: 29 g fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 11 g / 4,4 g cukor: 0 g só: 1 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; szeszám Feltételezhető: szójacsillagfürt	Allergének: glutén; hal; mustár; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszójakéndioxid, szulfít
Tízórai	Sárgadinnyés-banános turmix	Tej, 2,8%-os	Tea	Tej, babapiskóta	Tej
	energia: 143 Kcal szénhidrát: 16 g fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 6 g / 3 g cukor: 0 g só: 0,2 g	energia: 121 Kcal szénhidrát: 11 g fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 6 g / 3 g cukor: 0 g só: 0,2 g	energia: 15 Kcal szénhidrát: 4 g fehérje: 0 g zsír / telített zs.: 0 g / 0 g cukor: 3 g só: 0 g	energia: 124 Kcal szénhidrát: 14 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,4 g cukor: 3 g só: 0,2 g	energia: 90 Kcal szénhidrát: 8 g fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,3 g cukor: 0 g só: 0,2 g
	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető: kéndioxid, szulfít	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető:
Ebéd	Tavaszi leves Zöldfűszeres pulykamell Bulgur Uborkasaláta	Csontleves Levesbetét Zöldbabfőzelék Tükörtójas	Brokkoli krémleves Tavaszi sertésragu Párolt rizs Csemege uborka	Kertészleves Paradicsomos káposztafőzelék Köményes sertéssült	Hamis gulyásleves Túrós metélt Szilva
	energia: 258 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 18 g zsír / telített zs.: 6 g / 0,8 g cukor: 5 g só: 0,4 g	energia: 264 Kcal szénhidrát: 24 g fehérje: 12 g zsír / telített zs.: 13 g / 2,8 g cukor: 0 g só: 0,4 g	energia: 418 Kcal szénhidrát: 50 g fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 17 g / 4,6 g cukor: 0 g só: 0,2 g	energia: 260 Kcal szénhidrát: 22 g fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 13 g / 3,3 g cukor: 4 g só: 0,5 g	energia: 425 Kcal szénhidrát: 61 g fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 12 g / 3,4 g cukor: 0 g só: 0,3 g
	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: zeller; glutén; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; zeller Feltételezhető: csillagfürt
Uzsonna	Joghurt gyümölcsös Háztartási keksz	Vajkrém korpás zsemle TV paprika	Kefir Kornspitz	Tejszelet Görögdinnye	Kockasajt Zsemle
	energia: 207 Kcal szénhidrát: 32 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 6 g / 2,7 g cukor: 13 g só: 0,6 g	energia: 132 Kcal szénhidrát: 19 g fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 5 g / 2 g cukor: 0 g só: 0,4 g	energia: 167 Kcal szénhidrát: 18 g fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 8 g / 2,4 g cukor: 0 g só: 0,6 g	energia: 160 Kcal szénhidrát: 18 g fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 8 g / 3,3 g cukor: 9 g só: 0,1 g	energia: 121 Kcal szénhidrát: 17 g fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 3 g / 1,6 g cukor: 1 g só: 0,7 g
	Allergének: glutén; kéndioxid, szulfít; tejtermék, laktóz Feltételezhető: diófélék földimogyorósójatőjas	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; szeszám Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA**3170 Szécsény, Magyar út 13-15.****ÉTLAP 2020.32.hét****Óvoda 4-6 év**

	2020.08.03.	2020.08.04.	2020.08.05.	2020.08.06.	2020.08.07.
Tízórai	Sajtkrém Rozskenyér, teljes kiőrlésű Paprika tv Tej	Pulykasonka, margarin Rozskenyér, teljes kiőrlésű Kakaó	Főtt tojás, margarin Rozskenyér TK Uborka Vaníliás tej	Zala felvágott, margarin Magvas zsemle TK Piros paprika Tejben oldódó ízesített szívószál Tej	Szardíniakrémes Graham kenyér Paradicsom Tej
	energia: 361 Kcal szénhidrát: 41 g fehérje: 17 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 14 g / 8 g só: 1,8 g	energia: 347 Kcal szénhidrát: 56 g fehérje: 15 g cukor: 17 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,6 g só: 1,5 g	energia: 339 Kcal szénhidrát: 41 g fehérje: 15 g cukor: 13 g zsír / telített zs.: 13 g / 4,9 g só: 0,8 g	energia: 374 Kcal szénhidrát: 36 g fehérje: 16 g cukor: 6 g zsír / telített zs.: 18 g / 6,2 g só: 1,3 g	energia: 294 Kcal szénhidrát: 29 g fehérje: 15 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 13 g / 5,1 g só: 1,1 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; szezám Feltételezhető: szója csillagfürt	Allergének: glutén; hal; mustár; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszójakéndioxid, szulfít
Ebéd	Tavaszi leves Zöldfűszeres pulykamell Bulgur Uborkasaláta	Csontleves Levesbetét Zöldbabfőzelék Vagdalt szelet Rozskenyér, teljes kiőrlésű	Brokkoli krémleves Kenyérkocka Tavaszi sertésragu Párolt rizs Csemege uborka	Kertészleves Paradicsomos káposztafőzelék Köményes sertéssült	Jókai bableves Túrós metélt Szilva
	energia: 374 Kcal szénhidrát: 53 g fehérje: 26 g cukor: 5 g zsír / telített zs.: 8 g / 1,1 g só: 0,4 g	energia: 452 Kcal szénhidrát: 58 g fehérje: 26 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 13 g / 2,7 g só: 0,9 g	energia: 546 Kcal szénhidrát: 67 g fehérje: 24 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 20 g / 3,6 g só: 0,6 g	energia: 391 Kcal szénhidrát: 42 g fehérje: 18 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 17 g / 3,1 g só: 0,7 g	energia: 599 Kcal szénhidrát: 76 g fehérje: 28 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 20 g / 6,1 g só: 1,2 g
	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén; zeller; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; zeller Feltételezhető: csillagfürt
Uzsonna	Joghurt gyümölcsös Müzliszelet	Vajkrémes korpás zsemle TV paprika	Kefir Kornspitz	Tejszelet Görögdinnye	Kockasajt Magvas rozsos zsemle TK
	energia: 201 Kcal szénhidrát: 28 g fehérje: 5 g cukor: 14 g zsír / telített zs.: 7 g / 3,5 g só: 0,4 g	energia: 177 Kcal szénhidrát: 27 g fehérje: 6 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 5 g / 2 g só: 0,6 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: 160 Kcal szénhidrát: 18 g fehérje: 4 g cukor: 9 g zsír / telített zs.: 8 g / 3,3 g só: 0,1 g	energia: 197 Kcal szénhidrát: 19 g fehérje: 10 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 9 g / 2,6 g só: 0,7 g
	Allergének: glutén; kéndioxid, szulfít; szója; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; diófélék; földimogyoró; szezám	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; szezám; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; szezám Feltételezhető: csillagfürt; szója

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA**3170 Szécsény, Magyar út 13-15.****ÉTLAP 2020.32.hét****Szünidei gyermekétkezés**

	2020.08.03.	2020.08.04.	2020.08.05.	2020.08.06.	2020.08.07.
Ebéd	Tavaszi leves Zöldfűszeres pulykamell Bulgur Uborkasaláta	Csontleves, levesbetét Zöldbabfőzelék Vagdalt szelet Rozskenyér TK	Brokkoli krémleves Kenyérkocka Tavaszi sertésragu Párolt rizs Csemege uborka	Kertészleves Paradicsomos káposztafőzelék Köményes sertéssült Őszibarack	Jókai bableves Túrós metélt Szilva
	energia: 620 Kcal fehérje: 33 g zsír / telített zs.: 18 g / 3,6 g szénhidrát: 84 g cukor: 5 g só: 1,1 g	energia: 610 Kcal fehérje: 36 g zsír / telített zs.: 17 g / 3,7 g szénhidrát: 78 g cukor: 0 g só: 2,2 g	energia: 678 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 26 g / 4,8 g szénhidrát: 79 g cukor: 0 g só: 1,3 g	energia: 600 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 25 g / 4,8 g szénhidrát: 64 g cukor: 6 g só: 1,6 g	energia: 767 Kcal fehérje: 37 g zsír / telített zs.: 27 g / 8,7 g szénhidrát: 93 g cukor: 0 g só: 1,8 g
	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: csillagfürt; diófélék; szója; tejtermék, laktóz; tojás	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; zeller Feltételezhető: csillagfürt

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Szabó Beáta
Élelmezésvezető**Angyal Attila**
Konyhafőnök**Dr. Kacz Károlyné**
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA

3170 Szécsény, Magyar út 13-15.

ÉTLAP 2020.32.hét

Felnőtt

	2020.08.03.	2020.08.04.	2020.08.05.	2020.08.06.	2020.08.07.
A MENÜ Ebéd ÁRA 748.-FT ELDOBHATÓ DOBOZBA 848.-FT	Tavaszi leves Zöldfűszeres pulykamell Bulgur Uborkasaláta	Csontleves Levesbetét Zöldbabfőzelék Vagdalt szelet	Brokkoli krémleves Kenyérkocka Tavaszi sertésragu Párolt rizs Csemege uborka	Kertészleves Paradicsomos káposztafőzelék Köményes sertéssült	Jókai bableves Túrós metélt Szilva
	energia: 700 Kcal fehérje: 46 g zsír / telített zs.: 15 g / 2,1 g szénhidrát: 100 g cukor: 6 g só: 4 g	energia: 735 Kcal fehérje: 41 g zsír / telített zs.: 19 g / 4 g szénhidrát: 98 g cukor: 0 g só: 3,2 g	energia: 830 Kcal fehérje: 36 g zsír / telített zs.: 33 g / 6 g szénhidrát: 96 g cukor: 0 g só: 2,2 g	energia: 735 Kcal fehérje: 33 g zsír / telített zs.: 28 g / 5,3 g szénhidrát: 79 g cukor: 6 g só: 3,2 g	energia: 878 Kcal fehérje: 44 g zsír / telített zs.: 34 g / 10,5 g szénhidrát: 98 g cukor: 0 g só: 3,1 g
	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtszója	Allergének: glutén; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; zeller Feltételezhető: csillagfűrt
	2020.08.03.	2020.08.04.	2020.08.05.	2020.08.06.	2020.08.07.
B MENÜ Ebéd ÁRA 850.-FT ELDOBHATÓ DOBOZBA 950.-FT	Tavaszi leves Töltött sertésdagadó Párolt rizs Uborkasaláta Kakaós kevert sütemény	Csontleves Levesbetét Gombás tejszínes csirkemell Penne Sajtós rúd	Brokkoli krémleves Kenyérkocka Reszelt máj Főtt burgonya Csemege uborka Lekváros linzer	Kertészleves Debreceni marhatokány Nokedli Kókuszgolyó	Jókai bableves Fánk Szilva
	energia: 1340 Kcal fehérje: 33 g zsír / telített zs.: 70 g / 19,3 g szénhidrát: 142 g cukor: 16 g só: 6,1 g	energia: 1116 Kcal fehérje: 54 g zsír / telített zs.: 51 g / 14,3 g szénhidrát: 108 g cukor: 0 g só: 4,2 g	energia: 1117 Kcal fehérje: 40 g zsír / telített zs.: 45 g / 12 g szénhidrát: 136 g cukor: 21 g só: 3,2 g	energia: 1079 Kcal fehérje: 39 g zsír / telített zs.: 55 g / 18,1 g szénhidrát: 105 g cukor: 9 g só: 4,1 g	energia: 683 Kcal fehérje: 27 g zsír / telített zs.: 29 g / 8,2 g szénhidrát: 77 g cukor: 5 g só: 3,5 g
	Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz; zeller Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás; zeller Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtkéndioxid, szulfid	Allergének: zeller; glutén; tojás; kéndioxid, szulfid; tejtermék, laktóz Feltételezhető: szójadiófélékföldimogyoró	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás; zeller Feltételezhető:
	2020.08.03.	2020.08.04.	2020.08.05.	2020.08.06.	2020.08.07.

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Rendelés agrokonyha@gmail.com vagy 06 20 293 4288 telefonon reggel 9 óráig!

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus