

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA**3170 Szécsény, Magyar út 13-15.****ÉTLAP 2020.33.hét****Bölcsőde 1-3 év**

	2020.08.10.	2020.08.11.	2020.08.12.	2020.08.13.	2020.08.14.
Reggeli	Gépsonka, margarin Rozskenyér TK TV paprika Tej	Sajtkrém Graham kenyér Paradicsom Tea	Gabonagolyó Tej	Paprikás tojáskrém Fehér kenyér Eperturmix	Tejben dara Kakaószerzés
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 238 Kcal 13 g 10 g / 4,2 g szénhidrát: cukor: só: 24 g 0 g 0,8 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 193 Kcal 8 g 7 g / 4,3 g szénhidrát: cukor: só: 23 g 4 g 1,4 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 203 Kcal 8 g 8 g / 3,9 g szénhidrát: cukor: só: 26 g 6 g 0,6 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 279 Kcal 12 g 8 g / 2,6 g szénhidrát: cukor: só: 39 g 10 g 0,9 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 168 Kcal 6 g 4 g / 2,2 g szénhidrát: cukor: só: 27 g 12 g 0,1 g
	Allergének: glutén; tejsav, laktóz Feltételezhető: szójaszállagfűrt	Allergének: glutén; tejsav, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtszója	Allergének: glutén; tejsav, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; mustár; tojás; tejsav, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtszójakéndioxid, szulfid	Allergének: glutén; tejsav, laktóz Feltételezhető:
Tízórai	Őszibarackturmix	Tej	Sárgadinnyés-banános turmix Kölesgolyó	Tea, pufi	Tej
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 127 Kcal 5 g 4 g / 2,3 g szénhidrát: cukor: só: 17 g 5 g 0,2 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 121 Kcal 7 g 6 g / 3 g szénhidrát: cukor: só: 11 g 0 g 0,2 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 179 Kcal 8 g 6 g / 3,1 g szénhidrát: cukor: só: 24 g 0 g 0,2 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 52 Kcal 1 g 1 g / 0,1 g szénhidrát: cukor: só: 11 g 3 g 0,3 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 121 Kcal 7 g 6 g / 3 g szénhidrát: cukor: só: 11 g 0 g 0,2 g
	Allergének: tejsav, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejsav, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejsav, laktóz Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejsav, laktóz Feltételezhető:
Ebéd	Erőleves, cérnametelt Színesfőzelék Sertéssült	Őszibarack krémleves Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré Vegyes saláta	Zabgaluska leves Rakott kelkáposzta Szilva	Sertésragu leves Paprikásburgonya virslivel Csemege uborka	Cukkini krémleves, pörkölt tökmag Tejfölös tepsis hal Párolt kukorica Őszibarack
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 346 Kcal 21 g 15 g / 4 g szénhidrát: cukor: só: 30 g 0 g 2,7 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 417 Kcal 20 g 11 g / 3,6 g szénhidrát: cukor: só: 58 g 6 g 0,3 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 347 Kcal 17 g 15 g / 3,6 g szénhidrát: cukor: só: 34 g 0 g 0,4 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 366 Kcal 15 g 19 g / 4,8 g szénhidrát: cukor: só: 33 g 0 g 0,7 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 489 Kcal 21 g 24 g / 4,3 g szénhidrát: cukor: só: 46 g 0 g 2,1 g
	Allergének: glutén; tejsav, laktóz Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: tejsav, laktóz; glutén Feltételezhető: mustárszámszójaszójaszeller	Allergének: tejsav, laktóz; zeller; tojás; glutén Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető: glutén; mustár; szója; tejsav, laktóz	Allergének: tejsav, laktóz; tojás; hal Feltételezhető: glutén; kéndioxid, szulfid; szója; zeller
Uzsonna	Magyaros vajkrém Zsemle Uborka	Margarinos Fehér kenyér Újhagyma	Trappista sajt Fehér kenyér TV Paprika	Piskóta szelet, kakaó	Kockasajt TK zsemle Szilva
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 139 Kcal 4 g 4 g / 2 g szénhidrát: cukor: só: 21 g 0 g 0,6 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 112 Kcal 4 g 3 g / 0,8 g szénhidrát: cukor: só: 17 g 0 g 0,7 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 214 Kcal 12 g 11 g / 6,1 g szénhidrát: cukor: só: 16 g 0 g 1 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 246 Kcal 9 g 6 g / 2,7 g szénhidrát: cukor: só: 39 g 21 g 0,2 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 166 Kcal 8 g 3 g / 1,5 g szénhidrát: cukor: só: 25 g 1 g 0,6 g
	Allergének: glutén; tejsav, laktóz Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: glutén Feltételezhető: csillagfűrt; szója; tejsav, laktóz	Allergének: tejsav, laktóz; glutén Feltételezhető: ; számszó	Allergének: tejsav, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető:	Allergének: tejsav, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfűrt

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 2020.33.hét****Óvoda 4-6 év**

	2020.08.10.	2020.08.11.	2020.08.12.	2020.08.13.	2020.08.14.
Tízórai	Gépsonka, margarin Rozskenyér TK TV paprika Tej	Sajtkrém Graham kenyér Paradicsom Tea	Gabonagolyó Tej	Paprikás tojáskrém Rozskenyér TK Eperturmix	Tejben dara Kakaószerás
	energia: 322 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 17 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 10 g / 4,4 g só: 1,2 g	energia: 275 Kcal szénhidrát: 34 g fehérje: 12 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 10 g / 5,8 g só: 2 g	energia: 286 Kcal szénhidrát: 41 g fehérje: 9 g cukor: 12 g zsír / telített zs.: 10 g / 4,8 g só: 0,9 g	energia: 388 Kcal szénhidrát: 53 g fehérje: 16 g cukor: 10 g zsír / telített zs.: 12 g / 3,5 g só: 1,2 g	energia: 267 Kcal szénhidrát: 50 g fehérje: 9 g cukor: 18 g zsír / telített zs.: 3 g / 1,8 g só: 0,2 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: szójaesszencia	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtészta	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; mustár; tojás; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtészta, szulfid	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:
Ebéd	Erőleves, cérnametelt Színesfőzelék Sertéssült	Őszibarack krémleves Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré Vegyes saláta	Zabgaluska leves Rakott kelkáposzta Szilva	Sertésragu leves Gránátos kocka Csemege uborka	Cukkini krémleves, pörkölt tökmag Tejfölös tepsis hal Rizi bizi Őszibarack
	energia: 442 Kcal szénhidrát: 36 g fehérje: 28 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 20 g / 5,3 g só: 3,4 g	energia: 518 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 26 g cukor: 6 g zsír / telített zs.: 14 g / 4,2 g só: 0,4 g	energia: 456 Kcal szénhidrát: 41 g fehérje: 20 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 23 g / 6,7 g só: 0,4 g	energia: 453 Kcal szénhidrát: 54 g fehérje: 17 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 18 g / 4,4 g só: 0,2 g	energia: 606 Kcal szénhidrát: 57 g fehérje: 27 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 29 g / 5,4 g só: 3,7 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtészta	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; zeller; tojás; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: csillagfűrtészta	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; hal Feltételezhető: glutén; kén-dioxid; szulfid; szója; zeller
Uzsonna	Magyaros vajkrém Magvas, rozsos zsemle Uborka	Margarinos TK kifli Újhagyma	Trappista sajt TK magvas kenyér TV Paprika	Piskóta szelet, kakaó	Kockasajt TK zsemle Szilva
	energia: 248 Kcal szénhidrát: 27 g fehérje: 8 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 12 g / 2,8 g só: 0,5 g	energia: 143 Kcal szénhidrát: 20 g fehérje: 6 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 5 g / 1,1 g só: 0,6 g	energia: 274 Kcal szénhidrát: 25 g fehérje: 14 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 13 g / 6,5 g só: 1,2 g	energia: 246 Kcal szénhidrát: 39 g fehérje: 9 g cukor: 21 g zsír / telített zs.: 6 g / 2,7 g só: 0,2 g	energia: 205 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 10 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 4 g / 2 g só: 0,8 g
	Allergének: glutén; szesz; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtészta	Allergének: glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz; csillagfűrtészta	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: ; szesz	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfűrtészta

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 2020.33.hét****Szünidei gyermekétkezés**

	2020.08.10.	2020.08.11.	2020.08.12.	2020.08.13.	2020.08.14.
Ebéd	Erőleves, cérnametélt Színes főzelék Sertéssült Rozskenyér, teljes kiőrlésű	Őszibarack krémleves Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré Vegyes saláta	Zabgaluska leves Rakott kelkáposzta Őszibarack	Sertésragu leves Gránátos kocka Csemege uborka	Cukkini krémleves, tökmag Tejfölös tepsis hal Rizi bizi
	energia: 761 Kcal fehérje: 44 g zsír / telített zs.: 29 g / 7,4 g szénhidrát: 80 g cukor: 0 g só: 5,7 g	energia: 723 Kcal fehérje: 34 g zsír / telített zs.: 23 g / 7 g szénhidrát: 93 g cukor: 12 g só: 1,5 g	energia: 672 Kcal fehérje: 27 g zsír / telített zs.: 37 g / 11,3 g szénhidrát: 57 g cukor: 0 g só: 1,5 g	energia: 712 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 23 g / 5,1 g szénhidrát: 100 g cukor: 0 g só: 0,7 g	energia: 793 Kcal fehérje: 37 g zsír / telített zs.: 42 g / 7,6 g szénhidrát: 66 g cukor: 0 g só: 5,2 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtszója	Allergének: glutén; kén-dioxid, szulfid; szója; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; diófélék; földimogyoró; szezámmag	Allergének: tejtermék, laktóz; zeller; tojás; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; hal Feltételezhető: glutén; kén-dioxid, szulfid; szója; zeller

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 2020.33.hét

Felnőtt

	2020.08.10.	2020.08.11.	2020.08.12.	2020.08.13.	2020.08.14.
A MENÜ Ebéd ÁRA 748.-FT ELDOBHATÓ DOBOZBA 848.-FT	Erőleves, cérnametélt Színes főzelék Sertéssült	Őszibarack krémleves Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré Vegyes saláta	Zabgaluska leves Rakott kelkáposzta Szilva	Sertésragu leves Gránátos kocka Csemege uborka	Cukkini krémleves, tökmag Tejfölös tepsis hal Rizsi bizi
	energia: 717 Kcal fehérje: 46 g zsír / telített zs.: 34 g / 8,6 g szénhidrát: 57 g cukor: 0 g só: 5,6 g	energia: 771 Kcal fehérje: 40 g zsír / telített zs.: 24 g / 6,7 g szénhidrát: 96 g cukor: 12 g só: 2,2 g	energia: 719 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 37 g / 10 g szénhidrát: 64 g cukor: 0 g só: 1,9 g	energia: 736 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 30 g / 7 g szénhidrát: 87 g cukor: 0 g só: 2,3 g	energia: 895 Kcal fehérje: 42 g zsír / telített zs.: 49 g / 8,8 g szénhidrát: 71 g cukor: 0 g só: 5,2 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: zeller; tojás; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén; tojás Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; hal Feltételezhető: glutén; kén-dioxid, szulfít; szója; zeller
	2020.08.10.	2020.08.11.	2020.08.12.	2020.08.13.	2020.08.14.
B MENÜ Ebéd ÁRA 850.-FT ELDOBHATÓ DOBOZBA 950.-FT	Erőleves, cérnametélt Csirkepörkölt Kagyló tészta Lekváros piskótatekerics	Őszibarack krémleves Fokhagymás sertéstarja Burgonyapüré Vegyes saláta Muffin	Zabgaluska leves Natúr halfilé fokhagymamártással Párolt rizs Csokis piskóta málna öntet	Sertésragu leves Rántott hagymakarika Hasábburgonya Csemege uborka Keksz rolád	Zöldborsóleves Dubarry csirkemell Rizsi bizi Gyümölcskocktél
	energia: 889 Kcal fehérje: 47 g zsír / telített zs.: 27 g / 5 g szénhidrát: 114 g cukor: 24 g só: 7,1 g	energia: 995 Kcal fehérje: 41 g zsír / telített zs.: 34 g / 10,8 g szénhidrát: 129 g cukor: 25 g só: 2,2 g	energia: 1053 Kcal fehérje: 42 g zsír / telített zs.: 38 g / 6,9 g szénhidrát: 134 g cukor: 12 g só: 3 g	energia: 1140 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 59 g / 12,4 g szénhidrát: 120 g cukor: 13 g só: 5,6 g	energia: 889 Kcal fehérje: 49 g zsír / telített zs.: 27 g / 6 g szénhidrát: 113 g cukor: 18 g só: 2,9 g
	Allergének: glutén; tojás Feltételezhető: csillagfürt; kén-dioxid, szulfít	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; földimogyoró; szója; tojás	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás; zeller; hal Feltételezhető:	Allergének: glutén; kén-dioxid, szulfít; tejtermék, laktóz; diófélék; tojás; zeller Feltételezhető: földimogyorószója	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:
	2020.08.10.	2020.08.11.	2020.08.12.	2020.08.13.	2020.08.14.

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