

Heti étlap: 2021.11.02. - 2021.11.05. 1 / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

Nyírájkői Napközi Otthonos Konyha, 4541 Nyírájkő, Petőfi S. u. 17.

	2021.11.02. kedd	2021.11.03. szerda	2021.11.04. csütörtök	2021.11.05. péntek	2021.11.06. szombat	2021.11.07. vasárnap
Reggeli	Kakaó Kifli 6.dkg.	Gyümölcs tea Flóra margarin Pritamin paprika Hat magvas kenyér 0,5,kg	Szendvics Ivólé 5/1	Gyümölcs tea Kenőmájás Hat magvas kenyér 0,5,kg Lilahagyma		
Tízórai	Alma	Alma	Banán	Reszelt alma sárgarépával		
Ebéd	Frankfurti leves Párolt rizs Lecsós sertésszelet Marokszedő kenyér/félbarna magvas teljes	Nyírségi zöldségleves Rakott burgonya Vegyesvágott savanyú	Jókai bableves ivólé 0,2-dl-es őszibarack Hat magvas kenyér 0,5,kg Grízes tészta	Lebbencsleves Kaproz zöldbabfőzelék Rúdfasírt Hat magvas kenyér 0,5,kg		
Uzsonna	Trappista sajt Flóra margarin Hat magvas kenyér 0,5,kg	Dán csiga 12.-dkg. Alma	Medve sajt 0,175-dkg Rozs botocska -5.- dkg Alma	Nutella 1/1 Hat magvas kenyér 0,5,kg Alma		
Tápérték össz.	En: 392 kj /93 kc Fehérje: 4,3 gr Szh.: 7,2 gr Cuk:1,8gr Só:0,2 grZsír:4,9 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 312 kj /74 kc Fehérje: 3,4 gr Szh.: 6,7 gr Cuk:1,1gr Só:0,1 grZsír:2,2 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 504 kj /120 kc Fehérje: 3,9 gr Szh.: 15,5 gr Cuk:1,2gr Só:0,4 grZsír:4,5 grTzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 317 kj /75 kc Fehérje: 3,2 gr Szh.: 9,1 gr Cuk:4,1gr Só:0,1 grZsír:2,6 grTzs:0 gr Kalc:0 gr		
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tej	Tojás, Tej	Glutén, Tej	Glutén, Tej		