

Heti étlap: 2021.11.08. - 2021.11.12. 1 / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

| | 2021.11.08. hétfő | 2021.11.09. kedd | 2021.11.10. szerda | 2021.11.11. csütörtök | 2021.11.12. péntek | 2021.11.13. szombat |
|----------------------------------|---|--|--|--|---|---------------------|
| Ebéd | Paradicsomleves Rántott hal Párolt rizs Vegyesvágott savanyú | Zöldségleves Rakott karfiol | Fokhagymás burgonyaleves Káposztás kocka | Csontleves Töltött csirkecomb Főtt burgonya Vegyesvágott savanyú | Almaleves Zúza pörkölt Főtt burgonya | |
| Tápérték össz. | En: 489 kj /116 kc Fehérje: 5,8 gr Szh.: 14 gr Cuk:1,1gr Só:0,1 gr Zsír:3,5 grTzs:0 gr Kalc:0 gr | En: 435 kj /104 kc Fehérje: 6 gr Szh.: 7,2 gr Cuk:0,2gr Só:0,9 gr Zsír:5,2 grTzs:0 gr Kalc:0 gr | En: 285 kj /68 kc Fehérje: 1,9 gr Szh.: 10,1 gr Cuk:0,7gr Só:0 gr Zsír:2,2 grTzs:0 gr Kalc:0 gr | En: 716 kj /170 kc Fehérje: 10,1 gr Szh.: 23,2 gr Cuk:0,7gr Só:0 gr Zsír:2,6 grTzs:0 gr Kalc:0 gr | En: 486 kj /116 kc Fehérje: 7,9 gr Szh.: 16,3 gr Cuk:2gr Só:0,1 gr Zsír:1,8 grTzs:0 gr Kalc:0 gr | |
| Allergén összetevők össz. | Glutén, Hal | Tej | Glutén, Tojás | | Tej | |