

Heti étlap: 2021.12.06. - 2021.12.10. 1 / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2021.12.06. hétfő	2021.12.07. kedd	2021.12.08. szerda	2021.12.09. csütörtök	2021.12.10. péntek	2021.12.11. szombat
Ebéd	Almaleves *7* Rántott sertésszelet *1* Párolt rizs savanyúság	Rizsleves *9* Zöldbabfőzelék *7* Sült oldalas	Csontleves Paradicsommártás *7* Főtt burgonya Rudfasírt *1,3,9*	Zöldségleves Káposztafőzelék *7* Sertéspörkölt	Babgulyás Diós metélt *8*	
	En: 571 kj /136 kc; Feh: 5,7 gr; Szh: 13gr; Cuk: 1,2gr; Só: 0 gr; Zsír: 5,6gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr Glutén, Tej	En: 356 kj /85 kc; Feh: 5 gr; Szh: 5gr; Cuk: 0,1gr; Só: 0 gr; Zsír: 4,6gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr Tej, Zeller	En: 993 kj /236 kc; Feh: 12,2 gr; Szh: 31gr; Cuk: 4,1gr; Só: 0,3 gr; Zsír: 4,1gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 481 kj /114 kc; Feh: 6,1 gr; Szh: 7gr; Cuk: 0,1gr; Só: 0,1 gr; Zsír: 7gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr Tej	En: 587 kj /140 kc; Feh: 4,9 gr; Szh: 15gr; Cuk: 4,5gr; Só: 0 gr; Zsír: 6,3gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr Dió	
Tápérték össz.	En: 571 kj /136 kc; Feh: 5,7 gr; Szh: 13gr; Cuk: 1,2gr; Só: 0gr; Zsír: 5,6 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr	En: 356 kj /85 kc; Feh: 5 gr; Szh: 5gr; Cuk: 0,1gr; Só: 0gr; Zsír: 4,6 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr	En: 993 kj /236 kc; Feh: 12,2 gr; Szh: 31gr; Cuk: 4,1gr; Só: 0,3gr; Zsír: 4,1 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr	En: 481 kj /114 kc; Feh: 6,1 gr; Szh: 7gr; Cuk: 0,1gr; Só: 0,1gr; Zsír: 7 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr	En: 587 kj /140 kc; Feh: 4,9 gr; Szh: 15gr; Cuk: 4,5gr; Só: 0gr; Zsír: 6,3 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr	

I: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfitok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: