

Heti étlap: 2022.01.03. - 2022.01.07. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

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

	2022.01.03. hétfő	2022.01.04. kedd	2022.01.05. szerda	2022.01.06. csütörtök	2022.01.07. péntek	2022.01.08. szombat
T i z ó r a i	<p>Gyümölcs tea Főtt kemény tojás *3* Flóra margarin *7* Fehér kenyér szeletelt</p> <p><i>En: 589 kj /140 kc; Feh: 10,8 gr; Szh: 2gr; Cuk: 1gr; Só: 0 gr; Zsír: 1,2gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Tojás, Tej</p>	<p>Májkrém Kifli 6.dkg. *1*</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Glutén</p>	<p>Gyümölcs tea Szendvics *7*</p> <p><i>En: 355 kj /85 kc; Feh: 3 gr; Szh: 11gr; Cuk: 1,3gr; Só: 0,3 gr; Zsír: 3,1gr; Tzs: 0,4gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Tej</p>	<p>Vizes zsemle Sertéspárizsi Zöldség</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p>Olasz felvágott Kométa Marokszedő kenyér/félbarna magvas teljes kiőrlésű Zöldség</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p>	
E b é d	<p>Paradicsomleves Sertéspörkölt Főtt burgonya savanyúság</p> <p><i>En: 441 kj /105 kc; Feh: 5 gr; Szh: 13gr; Cuk: 0,8gr; Só: 0,1 gr; Zsír: 3,5gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p>Zöldségleves Zöldbabfőzelék *7* Párolthús Fehér kenyér</p> <p><i>En: 304 kj /72 kc; Feh: 4,2 gr; Szh: 8gr; Cuk: 0,2gr; Só: 0,1 gr; Zsír: 2,6gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Tej</p>	<p>Zöldborsóleves *3* Burgonyás tészta *1,3* Vegyesvágott savanyú</p> <p><i>En: 417 kj /99 kc; Feh: 4,5 gr; Szh: 11gr; Cuk: 2,3gr; Só: 0,1 gr; Zsír: 2,2gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Glutén, Tojás</p>	<p>Csontleves Paradicsomos káposztafőzelék Rudfasírt *1,3* Marokszedő kenyér/félbarna magvas teljes kiőrlésű</p> <p><i>En: 528 kj /126 kc; Feh: 7,7 gr; Szh: 11gr; Cuk: 0,7gr; Só: 0,1 gr; Zsír: 3,2gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Glutén, Tojás</p>	<p>Gulyásleves Tejberizs *7* Kakaós porcukor</p> <p><i>En: 165 kj /39 kc; Feh: 2,2 gr; Szh: 3gr; Cuk: 1gr; Só: 0 gr; Zsír: 1,7gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Tej</p>	
U z s o n n a	<p>Crossan</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p>Nutella 1/1 Marokszedő kenyér/félbarna magvas teljes kiőrlésű</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p>Briós kicsi 50.g. Alma</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p>Medve sajt 0,175-dkg *7* Marokszedő kenyér/félbarna magvas teljes kiőrlésű Narancs</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p> <p>Tej</p>	<p>Balaton szelet Narancs</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh: 0gr; Cuk: 0gr; Só: 0 gr; Zsír: 0gr; Tzs: 0gr; Kalc: 0 gr</i></p>	
	<p><i>En: 1030 kj /245 kc; Feh: 15,8 gr; Szh: 15gr; Cuk: 1,8gr; Só: 0,1gr; Zsír: 4,7 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p><i>En: 304 kj /72 kc; Feh: 4,2 gr; Szh: 8gr; Cuk: 0,2gr; Só: 0,1gr; Zsír: 2,6 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p><i>En: 772 kj /184 kc; Feh: 7,5 gr; Szh: 22gr; Cuk: 3,6gr; Só: 0,4gr; Zsír: 5,3 gr; Tzs: 0,4 gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p><i>En: 528 kj /126 kc; Feh: 7,7 gr; Szh: 11gr; Cuk: 0,7gr; Só: 0,1gr; Zsír: 3,2 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr</i></p>	<p><i>En: 165 kj /39 kc; Feh: 2,2 gr; Szh: 3gr; Cuk: 1gr; Só: 0gr; Zsír: 1,7 gr; Tzs: 0 gr; Kalc: 0 gr</i></p>	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2022.01.03.

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal