

**Heti étlap: 2022.01.17. - 2022.01.21. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

	2022.01.17. hétfő	2022.01.18. kedd	2022.01.19. szerda	2022.01.20. csütörtök	2022.01.21. péntek	2022.01.22. szombat
<b>T j z ó r a i</b>	Gyümölcs tea Szendvics *7*  En: 305 kj /73 kc; Feh: 2,6 gr; Szh:9gr;Cuk:1,2gr;Só:0,3 gr; Zsír:2,9gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr  Tej	Kakaó *7* Kifli 6.dkg. *1*  En: 103 kj /25 kc; Feh: 1,1 gr; Szh:3gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tej	Ivólé Flóra margarin *7* Trappista sajt *7* Reggeliző kenyér 0,5 kg.  En: 79 kj /19 kc; Feh: 1,6 gr; Szh:3gr;Cuk:0,2gr;Só:0,1 gr; Zsír:1,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Tej	Tej (pasztőrözött; 2,8 %) *7* Tojáslepeny - zöldségesen *3,7* Reggeliző kenyér 0,5 kg.  En: 391 kj /93 kc; Feh: 7 gr; Szh:4gr;Cuk:0,2gr;Só:0 gr; Zsír:1,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Tojás, Tej	Gyümölcs tea Kenőmájas Kígyóuborka  En: 63 kj /15 kc; Feh: 0,6 gr; Szh:1gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:0,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	
<b>E b é d</b>	Almaleves *7* Rántott csirkemell *1,3* Rizibizi Üveges uborka savanyúság (2450 gr-os)  En: 308 kj /73 kc; Feh: 4,1 gr; Szh:8gr;Cuk:2,8gr;Só:0,1 gr; Zsír:1,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Tej	Rizsleves *9* Tökfőzelék *7* Párolthús csirkemell Reggeliző kenyér 0,5 kg.  En: 211 kj /50 kc; Feh: 5 gr; Szh:5gr;Cuk:0,5gr;Só:0 gr; Zsír:1,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Tej, Zeller	Csontleves Paradicsommártás *7* Sült csirkecomb Főtt burgonya Battáta  En: 494 kj /118 kc; Feh: 7,2 gr; Szh:18gr;Cuk:3,7gr;Só:0,1 gr; Zsír:1,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Tej	Babgulyás Diós metélt *8* Reggeliző kenyér 0,5 kg.  En: 362 kj /86 kc; Feh: 3,2 gr; Szh:11gr;Cuk:3,1gr;Só:0 gr; Zsír:3,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Dió	Káposzta leves *7* Főtt burgonya Májas hurka Vegyesvágott savanyú  En: 256 kj /61 kc; Feh: 2 gr; Szh:9gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:1,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr  Tej	
<b>U z s o n n a</b>	Lekváros kenyér  En: 63 kj /15 kc; Feh: 0,4 gr; Szh:3gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:0,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Soproni felvágott Reggeliző kenyér 0,5 kg. Zödség  En: 40 kj /9 kc; Feh: 0,9 gr; Szh:3gr;Cuk:0,2gr;Só:0,1 gr; Zsír:0,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	maffin Alma  En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Crossan Alma sajt  En: 252 kj /60 kc; Feh: 2,3 gr; Szh:46gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:5gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Piskóta szelet -3.dkg Mandarin  En: 65 kj /15 kc; Feh: 0,2 gr; Szh:3gr;Cuk:0,2gr;Só:0 gr; Zsír:0,5gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	
	En: 675 kj /161 kc; Feh:7,2 gr; Szh:20gr;Cuk:4,1gr;Só:0,4gr;Zsír:5,1 gr; Tzs:0,4 gr;Kalc:0 gr	En: 354 kj /84 kc; Feh:7 gr; Szh:11gr;Cuk:1,7gr;Só:0,1gr;Zsír:3,4 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 572 kj /136 kc; Feh:8,8 gr; Szh:21gr;Cuk:3,8gr;Só:0,2gr;Zsír:3,1 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 1006 kj /239 kc; Feh:12,5 gr; Szh:61gr;Cuk:3,3gr;Só:0gr;Zsír:10,7 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 383 kj /91 kc; Feh:2,8 gr; Szh:13gr;Cuk:1,2gr;Só:0,2gr;Zsír:3,1 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2022.01.14.

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal