

**Heti étlap: 2022.01.31. - 2022.02.04. 1 / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2022.01.31. hétfő	2022.02.01. kedd	2022.02.02. szerda	2022.02.03. csütörtök	2022.02.04. péntek	2022.02.05. szombat
<b>Ebéd</b>	<b>Palócleves *7*</b> <b>Rizsfelfújt *1,3,7*</b>	<b>Palócleves *7*</b> <b>Rizsfelfújt *1,3,7*</b>	<b>Karfiolleves</b> <b>Tejfölös apró</b> <b>pecsenye *7*</b> <b>Főtt tészta *1,3*</b>	<b>Csontleves</b> <b>Pírtott dara *1*</b> <b>almamártás *7*</b> <b>Sült oldalas</b>	<b>Zöldségleves</b> <b>Főtt burgonya</b> <b>Májás hurka</b> <b>Vegyesvágott</b> <b>savanyú</b>	
	<i>En: 501 kj /119 kc; Feh: 6,2 gr; Szh:11gr;Cuk:2,1gr;Só :0 gr; Zsír:3,2gr;Tzs:0gr;Kalc: 0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 501 kj /119 kc; Feh: 6,2 gr; Szh:11gr;Cuk:2,1gr;Só :0 gr; Zsír:3,2gr;Tzs:0gr;Kalc: 0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 655 kj /156 kc; Feh: 6,6 gr; Szh:20gr;Cuk:0,1gr;Só :0,2 gr; Zsír:4,8gr;Tzs:0gr;Kalc: 0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 706 kj /168 kc; Feh: 9,5 gr; Szh:20gr;Cuk:1,9gr;Só :0 gr; Zsír:5,4gr;Tzs:0gr;Kalc: 0 gr</i>  <i>Glutén, Tej</i>	<i>En: 334 kj /79 kc; Feh: 2,3 gr; Szh:15gr;Cuk:0,1gr;Só :0 gr; Zsír:1,3gr;Tzs:0gr;Kalc: 0 gr</i>	
<b>Tápérték össz.</b>	<i>En: 501 kj /119 kc; Feh:6,2 gr;Szh:11gr;Cuk:2,1gr; Só:0gr;Zsír:3,2 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 501 kj /119 kc; Feh:6,2 gr;Szh:11gr;Cuk:2,1gr; Só:0gr;Zsír:3,2 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 655 kj /156 kc; Feh:6,6 gr;Szh:20gr;Cuk:0,1gr; Só:0,2gr;Zsír:4,8 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 706 kj /168 kc; Feh:9,5 gr;Szh:20gr;Cuk:1,9gr; Só:0gr;Zsír:5,4 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 334 kj /79 kc; Feh:2,3 gr;Szh:15gr;Cuk:0,1gr; Só:0gr;Zsír:1,3 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr</i>	

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

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: