

Heti étlap: 2022.02.07. - 2022.02.11. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2022.02.07. hétfő	2022.02.08. kedd	2022.02.09. szerda	2022.02.10. csütörtök	2022.02.11. péntek	2022.02.12. szombat
T í z ó r a i	Gyümölcs tea Bundás kenyér Reggeliző kenyér 0,5 kg. En: 206 kJ /49 kc; Feh: 2,5 gr; Szh:5gr;Cuk:1,2gr;Só:0,1 gr; Zsír:1,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Tej (pasztőrözött; 2,8 %) *7* Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka En: 50 kJ /12 kc; Feh: 0,7 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Gyümölcs tea Kifli 6.dkg. *1* Flóra margarin *7* Kígyóborka En: 22 kJ /5 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:1gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	Ívólé Hoddog En: 0 kJ /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	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	
E b é d	Reszeltészta leves Toroskáposzta *3,9* Teljes kiőrlésű kenyér En: 99 kJ /24 kc; Feh: 0,9 gr; Szh:3gr;Cuk:0,1gr;Só:0,1 gr; Zsír:0,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tojás, Zeller	Májgaluska *1,3* Tejberizs *7* Nespaik kakaópor 0,25 En: 62 kJ /15 kc; Feh: 1,4 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	Almaleves *7* Rakott burgonya *3,7* Teljes kiőrlésű kenyér Szilva befőtt En: 574 kJ /137 kc; Feh: 5 gr; Szh:20gr;Cuk:0,6gr;Só:0,1 gr; Zsír:2,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tojás, Tej	Gulyásleves Diós metélt *8* Teljes kiőrlésű kenyér En: 391 kJ /93 kc; Feh: 3,5 gr; Szh:8gr;Cuk:3gr;Só:0 gr; Zsír:4,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Dió	Csontleves Paradicsomos káposztafőzelék Rúdvasírt *1* Teljes kiőrlésű kenyér En: 362 kJ /86 kc; Feh: 5,2 gr; Szh:8gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:2,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén	
U z s o n n a	Mogyorókrém 1.-kg Teljes kiőrlésű kenyér En: 0 kJ /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Felvágott /zala/ Vizes zsemle En: 253 kJ /60 kc; Feh: 15,6 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:2,3 gr; Zsír:19,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Piskóta szelet -3.dkg Mandarin En: 22 kJ /5 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Medve sajt 0,175-dkg *7* Teljes kiőrlésű kenyér Alma En: 14 kJ /3 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Crossan Alma En: 252 kJ /60 kc; Feh: 1,9 gr; Szh:46gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:5gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	
	En: 305 kJ /73 kc; Feh:3,4 gr; Szh:8gr;Cuk:1,3gr;Só:0,2gr;Zsír:2,4 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 366 kJ /87 kc; Feh:17,7 gr; Szh:2gr;Cuk:0gr;Só:2,3gr;Zsír:20,7 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 618 kJ /147 kc; Feh:5,2 gr; Szh:22gr;Cuk:1,6gr;Só:0,1gr;Zsír:2,2 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 405 kJ /97 kc; Feh:3,5 gr; Szh:9gr;Cuk:3gr;Só:0gr;Zsír:4,5 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 918 kJ /219 kc; Feh:9,8 gr; Szh:63gr;Cuk:1,2gr;Só:0,3gr;Zsír:10,5 gr; Tzs:0,4 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:Szezámag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2022.02.04.

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 ol