

Heti étlap: 2022.03.21. - 2022.03.25. 1 / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

Nyírbágyó Napközi Otthonos Konyha, 4541 Nyírbágyó, Petőfi S. u. 17.

	2022.03.21. hétfő	2022.03.22. kedd	2022.03.23. szerda	2022.03.24. csütörtök	2022.03.25. péntek	2022.03.26. szombat
R e g g e l	Gyümölcs tea, Bundás kenyér En: 148 kj /35 kc; Feh: 1,6 gr; Szh:2gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:1,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7*, Vizes zsemle, Sertéspárizsi, Kígyóborka En: 3 kj /1 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Vaniliás tej, Fonott kalács En: 118 kj /28 kc; Feh: 0,9 gr; Szh:3gr;Cuk:2,1gr;Só:0,1 gr; Zsír:0,9gr;Tzs:0,2gr;Kalc:0 gr	Gyümölcs tea, Nap mint nap joghurt, Reggeliző kenyér 0,5 kg. En: 305 kj /73 kc; Feh: 9,4 gr; Szh:58gr;Cuk:4,3gr;Só:0,3 gr; Zsír:2gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr	Ivólé, Kifli 6.dkg. *1*, Májkrém, Tv-paprika En: 932 kj /222 kc; Feh: 13,4 gr; Szh:2gr;Cuk:0gr;Só:1,8 gr; Zsír:17gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén	
T i z ó r a i	Alma En: 11 kj /3 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Túrórudi *7* En: 0 kj /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Reszelt alma sárgarépával En: 73 kj /17 kc; Feh: 0,5 gr; Szh:4gr;Cuk:3gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Narancs En: 15 kj /4 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Alma En: 11 kj /3 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	
E b é d	Zöldszégleves, Hentestokány sertéshúsból, Párolt rizs *1*	Gyümölcsleves *7*, Rakott burgonya *3,7*	Zöldbableves *7*, Bolognai spagetti *1,3,7*, Teljes kiőrlésű kenyér	Csontleves, Sült csirkecomb, Sóskamártás *7*, Battáta	Frankfurti leves *7*, Grízes tészta *1*, Teljes kiőrlésű kenyér	
	En: 264 kj /63 kc; Feh: 2,5 gr; Szh:9gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:1,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén	En: 265 kj /63 kc; Feh: 3 gr; Szh:5gr;Cuk:0,8gr;Só:0,1 gr; Zsír:1,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tojás, Tej	En: 207 kj /49 kc; Feh: 2,4 gr; Szh:5gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:2gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 222 kj /53 kc; Feh: 4,1 gr; Szh:6gr;Cuk:1,1gr;Só:0 gr; Zsír:1,5gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	En: 243 kj /58 kc; Feh: 1,7 gr; Szh:6gr;Cuk:1gr;Só:0,2 gr; Zsír:2,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	
U z s o n a	Trappista sajt *7*, Flóra margarin *7*, Teljes kiőrlésű kenyér En: 48 kj /11 kc; Feh: 0,8 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:0,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Piskóta szelet -3.dkg, Alma En: 11 kj /3 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Lekváros kenyér, Mandarin En: 71 kj /17 kc; Feh: 0,4 gr; Szh:3gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,3gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr	Briós kicsi 50.g., Alma En: 11 kj /3 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Medve sajt 0,175-dkg *7*, Reggeliző kenyér 0,5 kg. En: 12 kj /3 kc; Feh: 0,4 gr; Szh:2gr;Cuk:0,1gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	
	En: 472 kj /112 kc; Feh:4,9 gr;Szh:12gr;Cuk:1,1gr;Só:0,2gr;Zsír:3,8 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 279 kj /66 kc; Feh:3,1 gr;Szh:6gr;Cuk:0,8gr;Só:0,1gr;Zsír:1,8 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 469 kj /112 kc; Feh:4,2 gr;Szh:16gr;Cuk:5,1gr;Só:0,3gr;Zsír:3,3 gr;Tzs:0,2 gr;Kalc:0 gr	En: 554 kj /132 kc; Feh:13,6 gr;Szh:65gr;Cuk:5,5gr;Só:0,3gr;Zsír:3,5 gr;Tzs:0,3 gr;Kalc:0 gr	En: 1198 kj /285 kc; Feh:15,5 gr;Szh:11gr;Cuk:1,2gr;Só:2gr;Zsír:19,8 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:Szulfid; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: