

Heti étlap: 2022.03.28. - 2022.04.01. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2022.03.28. hétfő	2022.03.29. kedd	2022.03.30. szerda	2022.03.31. csütörtök	2022.04.01. péntek	2022.04.02. szombat
T í z ó r a i	Gyümölcs tea Felvágott /zala/ Teljes kiőrlésű kenyér Tv -paprika En: 24 kj /6 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:1gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Gyümölcs tea Tojáslepeny *3,7* Vizes zsemle En: 349 kj /83 kc; Feh: 5,9 gr; Szh:1gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:1,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tojás, Tej	Ivólé Szendvics *7* En: 286 kj /68 kc; Feh: 2,6 gr; Szh:8gr;Cuk:0,2gr;Só:0,3 gr; Zsír:2,9gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr Tej	Gyümölcs tea Hoddog En: 19 kj /4 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Ivólé Vajkrém *7* Kifli 6.dkg. *1* Kígyóborka En: 4 kj /1 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	
E b d	Paradicsomleves Sertéspörkölt Tarhonya Káposztasaláta En: 339 kj /81 kc; Feh: 4 gr; Szh:8gr;Cuk:1,3gr;Só:0,1 gr; Zsír:3,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Lebbencsleves Sárgaborsó főzelék Sültvirslis Teljes kiőrlésű kenyér En: 213 kj /51 kc; Feh: 2,1 gr; Szh:5gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:2,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Babgulyás Tejberizs *7* Teljes kiőrlésű kenyér Nespaik kakaópor 0,25 En: 66 kj /16 kc; Feh: 1 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Erőleves Paradicsomos káposztafőzelék Párolthús Teljes kiőrlésű kenyér En: 309 kj /74 kc; Feh: 6,5 gr; Szh:7gr;Cuk:0,4gr;Só:0 gr; Zsír:2gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Almaleves *7* Rántott csirkemell *1* Párolt rizs Vegyesvágott savanyú En: 289 kj /69 kc; Feh: 3,6 gr; Szh:8gr;Cuk:0,6gr;Só:0 gr; Zsír:1,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	
U z s o n n a	Medve sajt 0,175-dkg *7* 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 Tej	Nutella 1/1 Teljes kiőrlésű kenyér En: 11 kj /3 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:1,2gr;Só:0 gr; Zsír:0,6gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr	Lekváros kenyér Alma En: 82 kj /20 kc; Feh: 0,5 gr; Szh:4gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:0,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Croissan *1,3,7* Alma En: 19 kj /4 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:2gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	Trappista sajt *7* Teljes kiőrlésű kenyér Flóra margarin *7* Alma En: 78 kj /19 kc; Feh: 1,2 gr; Szh:1gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:1,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	
	En: 364 kj /87 kc; Feh:4,1 gr; Szh:9gr;Cuk:2,3gr;Só:0,1gr;Zsír:3,7 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 572 kj /136 kc; Feh:8 gr; Szh:8gr;Cuk:2,3gr;Só:0,1gr;Zsír:4,1 gr; Tzs:0,1 gr;Kalc:0 gr	En: 434 kj /103 kc; Feh:4,1 gr; Szh:13gr;Cuk:0,2gr;Só:0,4gr;Zsír:3,8 gr; Tzs:0,4 gr;Kalc:0 gr	En: 346 kj /82 kc; Feh:6,6 gr; Szh:10gr;Cuk:1,4gr;Só:0gr;Zsír:2,2 gr; Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 371 kj /88 kc; Feh:4,8 gr; Szh:9gr;Cuk:0,6gr;Só:0,1gr;Zsír:2,9 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

2022.03.25.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmiszervezető:

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program