

Heti étlap: 2022.04.25. - 2022.04.29. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év

Nyirjákói Napközi Otthonos Konyha, 4541 Nyirjákó, Petőfi S. u. 17.

	2022.04.25. hétfő	2022.04.26. kedd	2022.04.27. szerda	2022.04.28. csütörtök	2022.04.29. péntek	2022.04.30. szombat
T Z R A I	Főtt kemény tojás *3* Zödség Gyümölcs tea Vajás kenyér *7* En: 589 kJ /140 kc; Feh: 10,8 gr; Szh:2gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:1,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tojás, Tej	Kifli 6.dkg. *1* Tejes kávé *7* En: 19 kJ /4 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	Gyümölcs tea Vizes zsemle Felvágott /zala/ En: 19 kJ /4 kc; Feh: 0 gr; Szh:1gr;Cuk:1gr;Só:0 gr; Zsír:0,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7* Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zödség En: 0 kJ /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Gyümölcs tea Tojáslepény *3,7* Banánkifli 50.g. 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	
E B É D	Káposzta leves *7* Batáta Párolthús En: 168 kJ /40 kc; Feh: 2,8 gr; Szh:1gr;Cuk:0,1gr;Só:0,2 gr; Zsír:2,5gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Tarhonyaleves Szemesbab főzelék *7* Sült lecsókolbász Teljes kiőrlésű kenyér En: 286 kJ /68 kc; Feh: 3 gr; Szh:7gr;Cuk:0gr;Só:0,2 gr; Zsír:3,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Gyümölcsleves *7* Csirkemáj hagymásan Párolt rizs En: 249 kJ /59 kc; Feh: 2,1 gr; Szh:8gr;Cuk:0,9gr;Só:0 gr; Zsír:2,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Gulyásleves Túrós metélt *7* Teljes kiőrlésű kenyér En: 316 kJ /75 kc; Feh: 3,9 gr; Szh:6gr;Cuk:0gr;Só:0,1 gr; Zsír:3,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Csontleves Paradicsomos káposztafőzelék Sült csirkecomb Teljes kiőrlésű kenyér En: 371 kJ /88 kc; Feh: 7,3 gr; Szh:9gr;Cuk:1,1gr;Só:0 gr; Zsír:2,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	
U Z S O N N A	Briós kicsi 50.g. gyümölcs En: 0 kJ /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Túrórudi *7* Vajkrém *7* Zödség Teljes kiőrlésű kenyér En: 9 kJ /2 kc; Feh: 0,1 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	Piskóta szelet -3.dkg gyümölcs En: 1 kJ /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	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	Medve sajt 0,175-dkg *7* Teljes kiőrlésű kenyér gyümölcs En: 0 kJ /0 kc; Feh: 0 gr; Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Tej	
	En: 757 kJ /180 kc; Feh:13,6 gr;Szh:3gr;Cuk:1,1gr;Só:0,2gr;Zsír:3,6 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 313 kJ /75 kc; Feh:3,1 gr;Szh:8gr;Cuk:1gr;Só:0,2gr;Zsír:3,8 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 269 kJ /64 kc; Feh:2,1 gr;Szh:9gr;Cuk:2gr;Só:0gr;Zsír:2,2 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 326 kJ /78 kc; Feh:4 gr;Szh:7gr;Cuk:1,2gr;Só:0,1gr;Zsír:3,8 gr;Tzs:0,1 gr;Kalc:0 gr	En: 720 kJ /172 kc; Feh:13,2 gr;Szh:10gr;Cuk:2,2gr;Só:0gr;Zsír:3,5 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:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2022.04.21.

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program