

Heti étlap: 2022.07.11. - 2022.07.15. 1 / Szünidei étkeztetés / 11-14 év

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

	2022.07.11. hétfő	2022.07.12. kedd	2022.07.13. szerda	2022.07.14. csütörtök	2022.07.15. péntek	2022.07.16. szombat
Ebéd	Tejfölös karalábé leves Párolt rizs Sült oldalas savanyúság	Zöldségleves Zöldbabfőzelék Stefánia vagdalt	Tarhonyaleves Káposztás kocka	Csontleves Tökfőzelék Sertéspörkölt	Babgulyás Tejberizs Fahéjas porcukor	
Tápérték össz.	En: 399 kJ /95 kc Fehérje: 5 gr Szh.: 7,2 gr Cuk:0,1gr Só:0 grZsír:4,1 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 516 kJ /123 kc Fehérje: 7,4 gr Szh.: 8,6 gr Cuk:0,1gr Só:0,2 grZsír:3,9 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 234 kJ /56 kc Fehérje: 1,9 gr Szh.: 9,4 gr Cuk:0,5gr Só:0,1 grZsír:1,1 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 521 kJ /124 kc Fehérje: 7,8 gr Szh.: 11,2 gr Cuk:0,1gr Só:0 grZsír:5,2 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 198 kJ /47 kc Fehérje: 2 gr Szh.: 6,6 gr Cuk:0,9gr Só:0 grZsír:1,4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tevéők össz.	Tej	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás	Tej	Tej	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2022.07.07.