

**Heti étlap: 2022.07.25. - 2022.07.29. 1 / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év**

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

	2022.07.25. hétfő	2022.07.26. kedd	2022.07.27. szerda	2022.07.28. csütörtök	2022.07.29. péntek	2022.07.30. szombat
<b>Reggeli</b>	Gyümölcs tea Körözött tehéntúróból Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea Felvágott/baromfi/ Teljes kiőrlésű kenyér Zödség	Tejes kávé Vajas kenyér Zödség	Limonádé Hoddog	Tej (pasztörözött; 2,8 %) Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Tv-paprika	
<b>Tízórai</b>	Meggy sajt	gyümölcs	Sárgarépa	gyümölcs	gyümölcs	
<b>Ebéd</b>	Zöldségleves Rántott csirkemell Párolt rizs savanyúság	Karfiol leves Tejfölös apró pecsenye Tésztaköret	Csontleves Tökfőzelék - Rúdfasírt Teljes kiőrlésű kenyér	Palócleves Diós metélt Teljes kiőrlésű kenyér	Reszelttészta leves Paradicsomos káposztafőzelék Párolthús Teljes kiőrlésű kenyér	
<b>Uzsonna</b>	Vajas kenyér Zödség Reggeliző kenyér 0,5 kg.	Medve sajt 0,175-dkg Reggeliző kenyér 0,5 kg.	Croissan	Sertéspárizsi Flóra margarin Reggeliző kenyér 0,5 kg. Zödség	Dörmi szelet 3.-dkg gyümölcs	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 415 kj /99 kc Fehérje: 5,2 gr Szh.: 14,1 gr Cuk:1,2gr Só:0,1 gr Zsír:2,2 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 213 kj /51 kc Fehérje: 2,4 gr Szh.: 7 gr Cuk:1,2gr Só:0,1 gr Zsír:2,3 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 359 kj /86 kc Fehérje: 4,7 gr Szh.: 9,1 gr Cuk:1gr Só:0 gr Zsír:2,7 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 320 kj /76 kc Fehérje: 2,9 gr Szh.: 9,9 gr Cuk:3,5gr Só:0 gr Zsír:3,5 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 190 kj /45 kc Fehérje: 4,5 gr Szh.: 3,3 gr Cuk:0,4gr Só:0 gr Zsír:1,3 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	
<b>Allergén összetevők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tojás, Tej	Tej, Dió	Tej	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: