

**Heti étlap: 2022.09.12. - 2022.09.16. 1 / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év**

Nyírákói Napközi Otthonos Konyha, 4541 Nyírákó, Petőfi S. u. 17.

2022.09.12. hétfő

2022.09.13. kedd

2022.09.14. szerda

2022.09.15. csütörtök

2022.09.16. péntek

2022.09.17. szombat

<b>Reggeli</b>	Gyümölcs tea Főtt kemény tojás Vajas kenyér Zödség	Gyümölcs tea Hoddog	Tej (pasztőrözött; 2,8 %) Csoki golyó Zöldséges felvágott	Ivólé Szendvics	Kakaó Kifli 6.dkg.	
<b>Tízórai</b>	Sárgarépa	Alma	Reszelt alma sárgarépával	Szilva	Sárgarépa	
<b>Ebéd</b>	Nyírségi zöldségleves Dubarry csirkemell Párolt rizs	Szentkirályi baba ásványvíz Káposztás bableves Diós metélt Teljes kiőrlésű kenyér	Csontleves Zöldborsófőzelék Párolthús Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsleves Paprikás burgonya Teljes kiőrlésű kenyér	Reszelttészta leves Sült csirkecomb Főtt burgonya	
<b>Uzsonna</b>	Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zödség	Olasz felvágott Kométa Reggeliző kenyér 0,5 kg. Zödség	Nutella 1/1 Teljes kiőrlésű kenyér	Medve sajt 0,175-dkg Reggeliző kenyér 0,5 kg. gyümölcs	Müzli szelet	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 2020 kj /481 kc Fehérje: 26,2 gr Szh.: 13 gr Cuk:1,2gr Só:1,5 gr Zsír:3 grTzs:15,1 gr Kalc:0 gr	En: 1770 kj /421 kc Fehérje: 16,4 gr Szh.: 12 gr Cuk:3,3gr Só:2,4 gr Zsír:35,1 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2640 kj /629 kc Fehérje: 16,1 gr Szh.: 156,8 gr Cuk:70,8gr Só:0,3 gr Zsír:40 grTzs:6,3 gr Kalc:0 gr	En: 561 kj /133 kc Fehérje: 5,1 gr Szh.: 20 gr Cuk:2gr Só:0,5 gr Zsír:5,1 grTzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 1712 kj /408 kc Fehérje: 12,5 gr Szh.: 80 gr Cuk:1,1gr Só:0 gr Zsír:4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Glutén, Tojás, Tej	Tej, Dió	Tej	Tej	Glutén, Tej	

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

2022.09.09.

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program

1 / 1 oldal