

**Heti étlap: 2022.10.03. - 2022.10.07. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**  
 Nyírájkői Napközi Otthonos Konyha, 4541 Nyírájkó, Petöfi S. u. 17.

	2022.10.03. hétfő	2022.10.04. kedd	2022.10.05. szerda	2022.10.06. csütörtök	2022.10.07. péntek	2022.10.08. szomb
<b>Tízórai</b>	Gyümölcs tea Bundás kenyér	Tejes kávé Kifli 6.dkg.	Tej (pasztőrözött; 2,8 %) Szendvics	Ivólé Hot-dog	Ivólé Tojáslepény Zöldség	
<b>Ebéd</b>	Gyümölcsleves Párolt rizs Csirkemáj hagymásan Szilva befőtt	Csontleves Paradicsomos káposztafőzelék Sült csirkecomb Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Sertéspörkölt Tarhonya	Gulyásleves Teljes kiőrlésű kenyér Tejberizs Nesquik kakaópor	Zöldbaleves Túrós metélt	
<b>Uzsonna</b>	Vajkrém magyaros 0.2 Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Felvágott /zala/ Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Vajas kenyér Trappista sajt	Nápolyi szelet	Croissant	
<b>Tápérték össz.</b>	En: 680 kj /162 kc Fehérje: 4,5 gr Szh.: 10,2 gr Cuk:1,8gr Só:0,4 grZsír:11,5 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1140 kj /271 kc Fehérje: 26,5 gr Szh.: 33,3 gr Cuk:1,4gr Só:3,6 grZsír:23,4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 717 kj /171 kc Fehérje: 8,6 gr Szh.: 15,2 gr Cuk:0,2gr Só:0,4 grZsír:8,3 grTzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 234 kj /56 kc Fehérje: 2,7 gr Szh.: 14,6 gr Cuk:0gr Só:0 grZsír:5,5 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 616 kj /147 kc Fehérje: 9 gr Szh.: 7 gr Cuk:0,1gr Só:0 grZsír:4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	
<b>Allergén össze- tevéők össz.</b>	Tej	Glutén, Tej	Tej	Tej	Tojás, Tej	

A változtatás jogát fenntartjuk.  
2022.09.30.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program