

**Heti étlap: 2022.10.03. - 2022.10.07. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 7-10 év**  
 Nyírájkői Napközi Otthonos Konyha, 4541 Nyírájkó, Petőfi 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.

Tízórai	Gyümölcs tea Bundás kenyér	Tejes kávé Kifli 6.dkg.	Tej (pasztörözött; 2,8 %) Szendvics	Ivólé Hot-dog	Ivólé Tojáslepény
Ebéd	Gyümölcsleves Párolt rizs Csirkemáj hagymásan Szilva befőtt	Csontleves Paradicsomos káposztafőzelék Sült csirkecomb Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Sertéspörkölt Tarhonya	Gulyásleves Teljes kiőrlésű kenyér Tejberizs Kakaós porcukor	Zöldbableves Túrós metélt
Uzsonna	Vajkrém magyaros 0.2 Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Felvágott /zala/ Reggeliző kenyér 0,5 kg. Zöldség	Vajas kenyér Trappista sajt	Müzli szelet	Croissant
Tápérték össz.	En: 712 kj /169 kc Fehérje: 4,7 gr Szh.: 11,5 gr Cuk:2gr Só:0,4 grZsír:11,7 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1182 kj /281 kc Fehérje: 27,5 gr Szh.: 38 gr Cuk:2,3gr Só:3,6 grZsír:23,4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 784 kj /187 kc Fehérje: 9,3 gr Szh.: 17,3 gr Cuk:0,3gr Só:0,5 grZsír:8,7 grTzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 1589 kj /378 kc Fehérje: 10,7 gr Szh.: 73 gr Cuk:1gr Só:0 grZsír:4,4 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 572 kj /136 kc Fehérje: 8,1 gr Szh.: 6,3 gr Cuk:0gr Só:0 grZsír:3,6 grTzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Tej	Glutén, Tej	Tej	Tej	Tojás, Tej

A változtatás jogát fenntartjuk.

2022.09.30.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program