

**Heti étlap: 2022.10.17. - 2022.10.21. 1 / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év**

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

2022.10.17. hétfő

2022.10.18. kedd

2022.10.19. szerda

2022.10.20. csütörtök

2022.10.21. péntek

2022.10.22. szomb

Tízórai	Gyümölcsstea Felvágott /zala/ Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Tej (pasztőrözött; 2,8 %) Kifli 6.dkg.	Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Vaniliás tej Fonott kalács	Gyümölcsstea Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség
Ebéd	Zöldségleves Tejfölös apró pecsenye Főtt tészta	Zöldséges burgonya leves Rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Tyúkhúsleves Főtt csirkemell almamártás Pirított dara	Tarhonyaleves Zöldborsófőzelék Párolthús Teljes kiőrlésű kenyér	Savanyú káposztás bableves Teljes kiőrlésű kenyér Mákos metélt
Uzsonna	Vajas kenyér Főtt kemény tojás Zöldség	Nutella krém Reggeliző kenyér 0,5 kg.	Vizes zsemle Sertéspárizsi Zöldség	Piskóta szelet -3.dkg Alma	Medve sajt 0,175-dkg Reggeliző kenyér 0,5 kg.
Tápérték össz.	En: 1297 kj /309 kc Fehérje: 31,1 gr Szh.: 17,1 gr Cuk:1,3gr Só:2,4 grZsír:24,1 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 772 kj /184 kc Fehérje: 7,1 gr Szh.: 33,1 gr Cuk:1,4gr Só:1,4 grZsír:4,3 grTzs:0,1 gr Kalc:0 gr	En: 1654 kj /394 kc Fehérje: 14,6 gr Szh.: 73,7 gr Cuk:2gr Só:1,2 grZsír:3,7 grTzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 482 kj /115 kc Fehérje: 7,6 gr Szh.: 14,4 gr Cuk:9,4gr Só:0,1 grZsír:2,9 grTzs:0,2 gr Kalc:0 gr	En: 502 kj /120 kc Fehérje: 4,4 gr Szh.: 16 gr Cuk:5,5gr Só:0,2 grZsír:5,8 grTzs:0 gr Kalc:0 gr
Allergén össze- tevők össz.	Glutén, Tojás, Tej	Glutén, Tej	Glutén, Tej	Tej	Tej

A változtatás jogát fenntartjuk.

2022.10.13.

Int. vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető:

INFORMIR személyügyi nyilvántartó program