



Lókosháza Községi Önkormányzat Napközi Konyha
5743 Lókosháza, Alapítók u. 20.

Tel.: (66) 244-612

E-mail: napkozikonyha@lokoshaza.hu

Honlap: www.lokoshaza.hu



NAPKÖZI KONYHA

2020. augusztus 03-tól – 2020. augusztus 07-ig

32. hét

<i>Étkezések</i>	<i>Hétfő</i>	<i>Kedd</i>	<i>Szerda</i>	<i>Csütörtök</i>	<i>Péntek</i>
<i>Ebéd</i>	Karalábé leves Bolognai spagetti Trappista sajt Alma	Pirított tésztaleves Sült csirkecomb Zöldbab főzelék Alma	Paradicsomleves Rántott máj Hagymás burgonya Uborka	Csontleves Lecsó kolbásszal Párolt rizs	Pulykaragu leves Diós metélt Alma
<i>Tápérték össz.</i>	En: 3698 kj / 880 kc Fehérje: 39,6 gr Szh.: 134 gr Cukor: 0 gr Só: 1,9 gr Zsír: 38,7 gr Tzs.: 10,9 gr	En: 2972 kj / 708 kc Fehérje: 48,2 gr Szh.: 85,3 gr Cukor: 1,3 gr Só: 0,5 gr Zsír: 35,9 gr Tzs.: 12,5 gr	En: 3123 kj / 744 kc Fehérje: 19 gr Szh.: 117,2 gr Cukor: 10,2 gr Só: 1,7 gr Zsír: 31,8 gr Tzs.: 13,1 gr	En: 2043 kj / 487 kc Fehérje: 28,1 gr Szh.: 52,8 gr Cukor: 0,2 gr Só: 3,1 gr Zsír: 34,6 gr Tzs.: 5,9 gr	En: 4290 kj / 1021 kc Fehérje: 46,8 gr Szh.: 138,1 gr Cukor: 22 gr Só: 0,3 gr Zsír: 42,1 gr Tzs.: 3,8 gr
<i>Allergén összetevők össz.</i>	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej	Glutén, Tojás, Zeller	Zeller	Glutén, Tojás, Zeller

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk!

Nagy Csaba
élelmezés vezető