



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

Tel.: (66) 244-612

E-mail: [napkozikonyha@lokoshaza.hu](mailto:napkozikonyha@lokoshaza.hu)

Honlap: [www.lokoshaza.hu](http://www.lokoshaza.hu)



NAPKÖZI KONYHA

2023. június 19-től – 2023. június 23 -ig

25. hét

<i>Étkezések</i>	<i>Hétfő</i>	<i>Kedd</i>	<i>Szerda</i>	<i>Csütörtök</i>	<i>Péntek</i>
<i>Ebéd</i>	<b>Tejfölös zöldbableves</b>  <b>Kínai pulykatokány</b> <b>Párolt rizs</b>	<b>Karalábéleves</b>  <b>Sült tarja</b> <b>Tökfőzelék</b>	<b>Almaleves</b>  <b>Rakott karfiol</b>  <b>Alma</b>	<b>Csontleves</b>  <b>Rántott hal</b> <b>Petrezselymes burgonya</b>  <b>Káposztával töltött</b> <b>paprika</b>	<b>Szárzabbaleves</b>  <b>Túrós tészta</b>  <b>Alma</b>
<i>Tápanyagössz.</i>	<b>En: 2881 kj / 686 kc</b> <b>Fehérje: 17,4 gr</b> <b>Sznh.: 106 gr</b> <b>Cukor: 0,1 gr</b> <b>Só: 0 gr</b> <b>Zsír: 30,1 gr</b> <b>Tzs.: 13,6 gr</b>	<b>En: 2081 kj / 496 kc</b> <b>Fehérje: 17,1 gr</b> <b>Sznh.: 82 gr</b> <b>Cukor: 0 gr</b> <b>Só: 0 gr</b> <b>Zsír: 28,1 gr</b> <b>Tzs.: 9,2 gr</b>	<b>En: 2428 kj / 578 kc</b> <b>Fehérje: 16,8 gr</b> <b>Sznh.: 100 gr</b> <b>Cukor: 13,7 gr</b> <b>Só: 0 gr</b> <b>Zsír: 20,9 gr</b> <b>Tzs.: 6,9 gr</b>	<b>En: 2428 kj / 578 kc</b> <b>Fehérje: 36,2 gr</b> <b>Sznh.: 79 gr</b> <b>Cukor: 1,9 gr</b> <b>Só: 2,2 gr</b> <b>Zsír: 25,6 gr</b> <b>Tzs.: 11,7 gr</b>	<b>En: 3626 kj / 863 kc</b> <b>Fehérje: 45,4 gr</b> <b>Sznh.: 132 gr</b> <b>Cukor: 0 gr</b> <b>Só: 0 gr</b> <b>Zsír: 65,6 gr</b> <b>Tzs.: 10,9 gr</b>
<i>Allergén összetevők</i> <i>össz.</i>	<b>Glutén, Tej</b>	<b>Glutén, Tej, Zeller</b>	<b>Glutén, Tej</b>	<b>Glutén, Tojás, Zeller</b>	<b>Glutén, Tej</b>

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk!

Nagy Csaba  
élelmezés vezető