



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. január 23-tól – 2023. január 27-ig

4. hét

<i>Étkezések</i>	<i>Hétfő</i>	<i>Kedd</i>	<i>Szerda</i>	<i>Csütörtök</i>	<i>Péntek</i>
<i>Ebéd</i>	<b>Karfiollevés</b>  <b>Csikóstokány Tésztaköret</b>  <b>Alma</b>	<b>Daragaluska leves</b>  <b>Sült csirkecomb Karalábé főzelék</b>  <b>Müzli szelet</b>	<b>Almaleves</b>  <b>Pirított máj Főtt burgonya</b>  <b>Csemege uborka</b>	<b>Csontleves</b>  <b>Rakott savanyított káposzta</b>	<b>Palóclevés</b>  <b>Diós – mákos nudli</b>  <b>Narancs</b>
<i>Tápérték össz.</i>	<b>En: 1552 kj / 369 kc</b> <b>Fehérje: 9,9 gr</b> <b>Sznh.: 44,1 gr</b> <b>Cukor: 0 gr</b> <b>Só: 0,2 gr</b> <b>Zsír: 31,5 gr</b> <b>Tzs.: 13,5 gr</b>	<b>En: 4277 kj / 1018 kc</b> <b>Fehérje: 51,4 gr</b> <b>Sznh.: 131,3 gr</b> <b>Cukor: 10,2 gr</b> <b>Só: 0,6 gr</b> <b>Zsír: 40,5 gr</b> <b>Tzs.: 14,2 gr</b>	<b>En: 2254 kj / 537 kc</b> <b>Fehérje: 14,1 gr</b> <b>Sznh.: 103 gr</b> <b>Cukor: 13,6 gr</b> <b>Só: 1,1 gr</b> <b>Zsír: 16,9 gr</b> <b>Tzs.: 6,9 gr</b>	<b>En: 1779 kj / 424 kc</b> <b>Fehérje: 19,3 gr</b> <b>Sznh.: 84,4 gr</b> <b>Cukor: 1,7 gr</b> <b>Só: 0,4 gr</b> <b>Zsír: 19,8 gr</b> <b>Tzs.: 6,5 gr</b>	<b>En: 4212 kj / 1003 kc</b> <b>Fehérje: 26,9 gr</b> <b>Sznh.: 123,3 gr</b> <b>Cukor: 10 gr</b> <b>Só: 0 gr</b> <b>Zsír: 56,2 gr</b> <b>Tzs.: 16,2 gr</b>
<i>Allergén összetevők össz.</i>	<b>Glutén, Tej, Zeller</b>	<b>Glutén, Tej, Zeller</b>	<b>Glutén, Tej</b>	<b>Tej, Zeller</b>	<b>Glutén, Tojás, Tej</b>

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk!

Nagy Csaba  
élelmezés vezető