




















Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha

Étlap - Felnőtt

2017. július 24 - 2017. július 28.

30. hét/1

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Ebéd	Sertés raguleves	5dl	Karfiol leves	5dl	Magyaros burgonyaleves 	5dl	Tarhonyaleves   	5dl	Gulyásleves  	5dl
	Grízes tészta   Müzli szelet 	270g 50g	Tejfölös burgonyafőzelék   Sertés pörkölt f. kenyér  őszibarack	270g 120g 80g 40g	Rántott csirkemell   Petrezselymes rizs Bolgársaláta Lekváros bukta 	120g 270g 80g 70g	Rakott zöldbab  f. kenyér  alma	270g 80g 50g	Rizsfelfűjt  Csoki öntet  Sárgadinnye	270g 2dl 50g
Összesen tápérték	Kcal:1457,9;F:47,4; Zs:47,9;Szh:181 Só:4,022;		Kcal:974,74;F:35,18 Zs:47,18;Szh:109,78 Só:4,72;		Kcal:939,4;F:35,34 Zs:38,9;Szh:114,48;Só:6,8;		Kcal:963,2;F:36,28;Zs:37,2; Szh:119;Só:40,96;Cuk:9,14		Kcal:1000;F:40;Zs:46; Szh:112;Só 6;Cuk:4	
























Dr. Orosz János
házi orvosKóródiné Iván Éva
óvodavezetőSzabó Józsefné
élelmezésvezető

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha







Étlap – Nyári gyermekétkezés

2017. július 24 - 2017. július 28.

30. hét/1

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Ebéd	Sertés raguleves	5dl	Karfiol leves	5dl	Magyaros burgonyaleves 	5dl	Tarhonyaleves   	5dl	Gulyásleves  	5dl
	Grízés tészta   Müzli szelet  	270g 50g	Tejfölös burgonyafőzelék  Sertés pörkölt f. kenyér   őszibarack	270g 120g 80g 40g	Rántott csirkemell   Petrezselymes rizs Bolgársaláta Lekváros bukta 	120g 270g 80g 70g	Rakott zöldbab  f. kenyér   alma	270g 80g 50g	Rizsfelfújt   Csoki öntet   Sárgadinnye	270g 2dl 50g
Összesen tápérték	Kcal:1457,9;F:47,4; Zs:47,9;Szh:181 Só:4,022;		Kcal:974,74;F:35,18 Zs:47,18;Szh:109,78 Só:4,72;		Kcal:939,4;F:35,34 Zs:38,9;Szh:114,48;Só:6,8;		Kcal:963,2;F:36,28;Zs:37,2; Szh:119;Só:40,96;Cuk:9,14		Kcal:1000;F:40;Zs:46; Szh:112;Só 6;Cuk:4	

Dr. Orosz János
házi orvosKóródiné Iván Éva
óvodavezetőSzabó Józsefné
élelmezésvezető

 tojás  glutén  kén dioxidok s szulfitok  laktóz  szezám-mag  szója