

Heti étlap: 2021.07.05. - 2021.07.09. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha, 3593 Hejőbába, Iskola u.9.

	2021.07.05. hétfő	2021.07.06. kedd	2021.07.07. szerda	2021.07.08. csütörtök	2021.07.09. péntek	2021.07.10. szombat
Ebéd	Sertésraguleves *1,3,9* Diós guba *1,7,8* Őszibarack	tojásleves *1,3* őszibarackos csirkemell *1,7* Párolt rizs kukoricával Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Zöldségleves *1,3,9* Tökfőzelék *1,7* Sertéspörkölt *1* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Alma	Karfiolleves *1,3* Temesvári szelet *1,7* Zöldfűszeres bulgur *6,8,11* uborkasaláta *6*	Csontleves *1,3,9* Rakott kelkáposzta *7* Kenyér teljeskiőrlésű *1*	
	En: 2603 kj /620 kc; Feh: 42,2 gr; Szh:122gr;Cuk:50,8gr; Só:2,6 gr; Zsír:54,4gr;Tzs:1gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Dió, Zeller	En: 1338 kj /318 kc; Feh: 47,4 gr; Szh:143gr;Cuk:3,9gr; Só:13,9 gr; Zsír:34,1gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 2618 kj /623 kc; Feh: 46,9 gr; Szh:182gr;Cuk:38,2gr; Só:9 gr; Zsír:86gr;Tzs:5,5gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 2249 kj /536 kc; Feh: 55,9 gr; Szh:191gr;Cuk:25,3gr; Só:9,1 gr; Zsír:109,4gr;Tzs:0,4gr; Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Szezámag	En: 1364 kj /325 kc; Feh: 32,9 gr; Szh:69gr;Cuk:3,2gr;Só:4 gr; Zsír:26,5gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
Tápérték össz.	En: 2603 kj /620 kc; Feh:42,2 gr;Szh:122gr;Cuk:50,8 gr;Só:2,6gr;Zsír:54,4 gr;Tzs:1 gr;Kalc:0 gr	En: 1338 kj /318 kc; Feh:47,4 gr;Szh:143gr;Cuk:3,9gr;Só:13,9gr;Zsír:34,1 gr;Tzs:0,6 gr;Kalc:0 gr	En: 2618 kj /623 kc; Feh:46,9 gr;Szh:182gr;Cuk:38,2 gr;Só:9gr;Zsír:86 gr;Tzs:5,5 gr;Kalc:0 gr	En: 2249 kj /536 kc; Feh:55,9 gr;Szh:191gr;Cuk:25,3 gr;Só:9,1gr;Zsír:109,4 gr;Tzs:0,4 gr;Kalc:0 gr	En: 1364 kj /325 kc; Feh:32,9 gr;Szh:69gr;Cuk:3,2gr;Só:4gr;Zsír:26,5 gr;Tzs:0,3 gr;Kalc:0 gr	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás: