

Heti étlap: 2021.07.12. - 2021.07.16. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2021.07.12. hétfő	2021.07.13. kedd	2021.07.14. szerda	2021.07.15. csütörtök	2021.07.16. péntek	2021.07.17. szombat
Ebéd	Bableves kolbással *1,3,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Túrós tészta *1,3,7* Alma	Gombaleves *1,3* Burgonya főzelék *1,7* Baromfi korong Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Tarhonyaleves *1,9* Töltött paprika *1,3* Kenyér teljeskiőrlésű *1*	kertészleves Sertéspörkölt *1* Tésztaköret *1,3* uborkasaláta *6*	Gulyásleves *1,3,9* Kenyér (fehér) *1* Tejbegríz *7*	
	<i>En: 3115 kj /742 kc; Feh: 44 gr; Szh:167gr;Cuk:35,9gr; Só:4,4 gr; Zsír:50,5gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 2031 kj /483 kc; Feh: 21,2 gr; Szh:129gr;Cuk:4,6gr; Só:3,9 gr; Zsír:21,5gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 1290 kj /307 kc; Feh: 32,8 gr; Szh:106gr;Cuk:23,6gr; Só:3,4 gr; Zsír:36gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Zeller</i>	<i>En: 2912 kj /693 kc; Feh: 44,3 gr; Szh:124gr;Cuk:22,7gr; Só:25,9 gr; Zsír:85gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab</i>	<i>En: 1606 kj /382 kc; Feh: 43,2 gr; Szh:131gr;Cuk:42,2gr; Só:4,7 gr; Zsír:36,2gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 3115 kj /742 kc; Feh:44 gr;Szh:167gr;Cuk:35,9 gr;Só:4,4gr;Zsír:50,5 gr;Tzs:0,3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2031 kj /483 kc; Feh:21,2 gr;Szh:129gr;Cuk:4,6gr;Só:3,9gr;Zsír:21,5 gr;Tzs:0,6 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1290 kj /307 kc; Feh:32,8 gr;Szh:106gr;Cuk:23,6 gr;Só:3,4gr;Zsír:36 gr;Tzs:0,6 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2912 kj /693 kc; Feh:44,3 gr;Szh:124gr;Cuk:22,7 gr;Só:25,9gr;Zsír:85 gr;Tzs:0,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1606 kj /382 kc; Feh:43,2 gr;Szh:131gr;Cuk:42,2 gr;Só:4,7gr;Zsír:36,2 gr;Tzs:0,6 gr;Kalc:0 gr</i>	

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: