

Heti étlap: 2021.07.26. - 2021.07.30. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2021.07.26. hétfő	2021.07.27. kedd	2021.07.28. szerda	2021.07.29. csütörtök	2021.07.30. péntek	2021.07.31. szombat
Ebéd	Frankfurti leves *1* Kenyér teljeskiőrlésű *1* derelye *1,3* Görödinnye	Húsleves *1,3* Főtt burgonya Meggymártás *1,7* Főtt hús	Tarhonyaleves *1,9* Zöldborsó főzelék *1,7* Tükörtojás(*3* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Müzli szelet 20g *5,6,7*	Paradicsomleves *1,3* Henteskaraj *1* Párolt rizs sárgarépával Csemege uborka	Lencseleves kolbásszal *1,3* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Gránátkocka *1,3*	
	En: 2034 kj /484 kc; Feh: 22,1 gr; Szh:145gr;Cuk:32,1gr; Só:11,8 gr; Zsír:28,1gr;Tzs:2,3gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás	En: 2319 kj /552 kc; Feh: 65,3 gr; Szh:115gr;Cuk:33,7gr; Só:3,1 gr; Zsír:39,4gr;Tzs:7,2gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 2399 kj /571 kc; Feh: 36 gr; Szh:119gr;Cuk:18,9gr; Só:4,1 gr; Zsír:48,6gr;Tzs:2,3gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Zeller	En: 1590 kj /379 kc; Feh: 51,3 gr; Szh:107gr;Cuk:12gr;Só:3,9 gr; Zsír:50,3gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás	En: 2821 kj /672 kc; Feh: 37 gr; Szh:155gr;Cuk:0,7gr; Só:4,4 gr; Zsír:41,9gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás	
Tápérték össz.	En: 2034 kj /484 kc; Feh:22,1 gr;Szh:145gr;Cuk:32,1 gr;Só:11,8gr;Zsír:28,1 gr;Tzs:2,3 gr;Kalc:0 gr	En: 2319 kj /552 kc; Feh:65,3 gr;Szh:115gr;Cuk:33,7 gr;Só:3,1gr;Zsír:39,4 gr;Tzs:7,2 gr;Kalc:0 gr	En: 2399 kj /571 kc; Feh:36 gr;Szh:119gr;Cuk:18,9 gr;Só:4,1gr;Zsír:48,6 gr;Tzs:2,3 gr;Kalc:0 gr	En: 1590 kj /379 kc; Feh:51,3 gr;Szh:107gr;Cuk:12gr;Só:3,9gr;Zsír:50,3 gr;Tzs:0,5 gr;Kalc:0 gr	En: 2821 kj /672 kc; Feh:37 gr;Szh:155gr;Cuk:0,7gr;Só:4,4gr;Zsír:41,9 gr;Tzs:0,4 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:Szezám; 12:Szulfidok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás: