

Heti étlap: 2024. 07. 01. - 2024. 07. 05. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2024. 07. 01. hétfő	2024. 07. 02. kedd	2024. 07. 03. szerda	2024. 07. 04. csütörtök	2024. 07. 05. péntek	2024. 07. 06. szombat
Ebéd	Fejtett bableves *1,3,7* Kenyér (fehér) *1* Zöldborsós-virslis tészta *1,3*	Tarhonyaleves *1* Paradicsomos káposztafőzelék *1* Sertéspörkölt Kenyér (fehér) *1*	Burgonyaleves tejfölös *1,7,9* Hentestokány *1* Párolt rizs	kertészleves Rakottburgonya *3,7*	Zöldbableves *1,7* zúzapörkölt Tésztaköret *1,3*	
	<i>En: 2654 kj /632 kc; Feh: 27,2 gr; Szh:102gr;Cuk:4,9gr;Só:2,7 gr; Zsír:34,3gr;Tzs:5,3gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 3080 kj /733 kc; Feh: 36,4 gr; Szh:101gr;Cuk:19,8gr;Só:7 gr; Zsír:23,2gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén</i>	<i>En: 5493 kj /1308 kc; Feh: 40,4 gr; Szh:137gr;Cuk:2,8gr;Só:6,8 gr; Zsír:69,1gr;Tzs:6,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej, Zeller</i>	<i>En: 2884 kj /687 kc; Feh: 19,4 gr; Szh:68gr;Cuk:2,8gr;Só:30 gr; Zsír:34,9gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0 gr</i> <i>Tojás, Tej</i>	<i>En: 3760 kj /895 kc; Feh: 43,8 gr; Szh:87gr;Cuk:1,7gr;Só:5,7 gr; Zsír:45,4gr;Tzs:8,4gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 2654 kj /632 kc; Feh:27,2 gr;Szh:102gr;Cuk:4,9gr;Só:2,7gr;Zsír:34,3 gr;Tzs:5,3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3080 kj /733 kc; Feh:36,4 gr;Szh:101gr;Cuk:19,8gr;Só:7gr;Zsír:23,2 gr;Tzs:2,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 5493 kj /1308 kc; Feh:40,4 gr;Szh:137gr;Cuk:2,8gr;Só:6,8gr;Zsír:69,1 gr;Tzs:6,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2884 kj /687 kc; Feh:19,4 gr;Szh:68gr;Cuk:2,8gr;Só:30gr;Zsír:34,9 gr;Tzs:2,2 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3760 kj /895 kc; Feh:43,8 gr;Szh:87gr;Cuk:1,7gr;Só:5,7gr;Zsír:45,4 gr;Tzs:8,4 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:Szezám; 12:Szulfidok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmiszervezető: