

Heti étlap: 2025. 04. 21. - 2025. 04. 25. a / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2025. 04. 21. hétfő	2025. 04. 22. kedd	2025. 04. 23. szerda	2025. 04. 24. csütörtök	2025. 04. 25. péntek	2025. 04. 26. szombat
R e g g e l i			Sonkakrém *7*, Kenyér teljeskiőrlésű *1*, Uborka *6*, Tej (pasztőrözött; 2,8 %) *7* En: 1056 kJ /251 kc; Feh: 11 gr; Sznh:31gr;Cuk:0,3gr;Só:1,4 gr; Zsír:13,5gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr Glutén, Szójabab, Tej	Sajtos melegszendvics *1,7*, Tea En: 878 kJ /209 kc; Feh: 8,1 gr; Sznh:34gr;Cuk:7,3gr;Só:0,8 gr; Zsír:4,2gr;Tzs:2,5gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	magyaros vajkrém 25% *7*, Kenyér teljeskiőrlésű *1*, Retek, Tej (pasztőrözött; 2,8 %) *7* En: 652 kJ /155 kc; Feh: 6,8 gr; Sznh:19gr;Cuk:0,4gr;Só:0,4 gr; Zsír:5,3gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	
T í z ó r a i			Alma En: 130 kJ /31 kc; Feh: 0 gr; Sznh:14gr;Cuk:11gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Körte En: 234 kJ /56 kc; Feh: 0 gr; Sznh:16gr;Cuk:10gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	Banán En: 214 kJ /51 kc; Feh: 0,5 gr; Sznh:12gr;Cuk:6gr;Só:0 gr; Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr	
E b é d			Burgonya főzelék *1,7*, Sertéspörkölt *1*, Kenyér teljeskiőrlésű *1* En: 1715 kJ /408 kc; Feh: 16,9 gr; Sznh:44gr;Cuk:0,5gr;Só:1,9 gr; Zsír:19,4gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	Csontleves *1,3,9*, főtt pulykamell, Főtt burgonya, Gyümölcsmártás *1,7* En: 1446 kJ /344 kc; Feh: 29,8 gr; Sznh:75gr;Cuk:7,1gr;Só:3,6 gr; Zsír:9,7gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Temesvári szelet *1,7*, Párolt rizs, Csemege uborka En: 1965 kJ /468 kc; Feh: 17,5 gr; Sznh:40gr;Cuk:1,1gr;Só:2,4 gr; Zsír:34,7gr;Tzs:3,5gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	
U z s o n n a			Kópé fv., Kenyér teljeskiőrlésű *1*, Vajkrém natúr 25% *7*, Pritamin paprika En: 547 kJ /130 kc; Feh: 7,3 gr; Sznh:17gr;Cuk:0,6gr;Só:1,2 gr; Zsír:7,2gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	kockasajt natúr *7*, Kenyér teljeskiőrlésű *1*, Alma En: 694 kJ /165 kc; Feh: 4,7 gr; Sznh:35gr;Cuk:11,8gr;Só:0,9 gr; Zsír:2,9gr;Tzs:1,7gr;Kalc:71,4 gr Glutén, Tej	Párizsi szalámi, Kenyér teljeskiőrlésű *1*, tömlős sajt *7*, Pritamin paprika En: 419 kJ /100 kc; Feh: 4,7 gr; Sznh:11gr;Cuk:0,3gr;Só:0,8 gr; Zsír:6gr;Tzs:3gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	
			En: 3448 kJ /821 kc; Feh:35,2 gr;Sznh:106gr;Cuk:12,4gr;Só:4,5gr;Zsír:40,1 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:0 gr	En: 3251 kJ /774 kc; Feh:42,6 gr;Sznh:160gr;Cuk:36,2gr;Só:5,3gr;Zsír:16,8 gr;Tzs:4,4 gr;Kalc:71,4 gr	En: 3250 kJ /774 kc; Feh:29,5 gr;Sznh:81gr;Cuk:7,8gr;Só:3,5gr;Zsír:45,9 gr;Tzs:8 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.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: