

**Heti étlap: 2025. 04. 21. - 2025. 04. 25. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 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
<b>Ebéd</b>		csirkeragu leves *1,3* Mákos tészta *1,3* Alma	Lebbencsleves *1,3* Sárgaborsófőzelék *1* Sertéspörkölt	Csontleves *1,3,9* Főtt hús Főtt burgonya Gyümölcsmártás *1,7*	Temesvári szelet *1,7* Párolt rizs Karfiolleves *1,3*	
		En: 3303 kj /786 kc; Feh: 42,1 gr; Szh:142gr;Cuk:36,8gr; Só:3,8 gr; Zsír:24,7gr;Tzs:3,6gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás	En: 3119 kj /743 kc; Feh: 45,9 gr; Szh:75gr;Cuk:2,4gr;Só:6,8 gr; Zsír:33,3gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás	En: 4012 kj /955 kc; Feh: 54,7 gr; Szh:212gr;Cuk:28,6gr; Só:10,9 gr; Zsír:32,3gr;Tzs:4,4gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 3631 kj /865 kc; Feh: 38 gr; Szh:89gr;Cuk:2,6gr;Só:5,7 gr; Zsír:64,3gr;Tzs:6,7gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Tej	
<b>Tápérték össz.</b>		En: 3303 kj /786 kc; Feh:42,1 gr;Szh:142gr;Cuk:36,8 gr;Só:3,8gr;Zsír:24,7 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:0 gr	En: 3119 kj /743 kc; Feh:45,9 gr;Szh:75gr;Cuk:2,4gr;Só:6,8gr;Zsír:33,3 gr;Tzs:2,2 gr;Kalc:0 gr	En: 4012 kj /955 kc; Feh:54,7 gr;Szh:212gr;Cuk:28,6 gr;Só:10,9gr;Zsír:32,3 gr;Tzs:4,4 gr;Kalc:0 gr	En: 3631 kj /865 kc; Feh:38 gr;Szh:89gr;Cuk:2,6gr;Só:5,7gr;Zsír:64,3 gr;Tzs:6,7 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.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: