

Heti étlap: 2025. 04. 28. - 2025. 05. 02. a / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2025. 04. 28. hétfő	2025. 04. 29. kedd	2025. 04. 30. szerda	2025. 05. 01. csütörtök	2025. 05. 02. péntek	2025. 05. 03. szombat
T i z ó r a i	párizsikrém *1,6,7,9,10* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7* <i>En: 1179 kj /281 kc; Feh: 11,1 gr; Szh:31gr;Cuk:0,1gr;Só:0,9 gr; Zsír:14,7gr;Tzs:6,4gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i>	sajtos bagett 50g *1* Olasz felvágott Uborka *6* Tejescávé *7* Hella 50% növényi margarin <i>En: 1608 kj /383 kc; Feh: 15 gr; Szh:46gr;Cuk:11,6gr;Só:1,6 gr; Zsír:19,4gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej</i>	magyaros vajkrém 25% *7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Kakaó *7* Póréhagyma <i>En: 1462 kj /348 kc; Feh: 12 gr; Szh:47gr;Cuk:10,8gr;Só:0,9 gr; Zsír:10,7gr;Tzs:4,2gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>			
E b é d	Babgulyás *1* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Túrógombóc *1,3,7* Alma <i>En: 2813 kj /670 kc; Feh: 34,8 gr; Szh:129gr;Cuk:29,4gr;Só:2,6 gr; Zsír:38,2gr;Tzs:2,8gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Tarhonyaleves *1* Gombás sertésszelet *1* Párolt rizs Csemege uborka <i>En: 3028 kj /721 kc; Feh: 26 gr; Szh:94gr;Cuk:0,8gr;Só:4,9 gr; Zsír:35,3gr;Tzs:3,7gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén</i>	Zöldségleves *1,3,9* Rakott karfiol *1,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* <i>En: 2812 kj /669 kc; Feh: 30,2 gr; Szh:105gr;Cuk:2,9gr;Só:3,5 gr; Zsír:32,6gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>			
U z s o n n a	tömlős sajt *7* Zsemle 56g *1* Zöldpaprika májusi felvágott <i>En: 798 kj /190 kc; Feh: 10,7 gr; Szh:35gr;Cuk:0,9gr;Só:1,4 gr; Zsír:11,4gr;Tzs:4,4gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	mini dzsem 25 g Teljes kiőrlésű kifli 60g *1,7* <i>En: 980 kj /233 kc; Feh: 5,6 gr; Szh:54gr;Cuk:22gr;Só:0,8 gr; Zsír:3,7gr;Tzs:1,7gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Zala felvágott Kenyér teljeskiőrlésű *1* Hella 50% növényi margarin Paradicsom <i>En: 1230 kj /293 kc; Feh: 7,9 gr; Szh:32gr;Cuk:1gr;Só:1,2 gr; Zsír:11,6gr;Tzs:4,9gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén</i>			
	<i>En: 4790 kj /1141 kc; Feh:56,6 gr; Szh:195gr;Cuk:30,4gr;Só:5gr;Zsír:64,3 gr; Tzs:13,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 5616 kj /1337 kc; Feh:46,6 gr; Szh:194gr;Cuk:34,3gr;Só:7,3gr;Zsír:58,4 gr; Tzs:8,9 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 5504 kj /1311 kc; Feh:50,1 gr; Szh:184gr;Cuk:14,6gr;Só:5,7gr;Zsír:54,9 gr; Tzs:11 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:Szulfítok; 13:Csillagfű; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmiszervezető: