

Heti étlap: 2025. 04. 28. - 2025. 05. 02. a / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 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: 1105 kj /263 kc; Feh: 10,6 gr; Szh:30gr;Cuk:0,1gr;Só:0,8 gr; Zsír:12,2gr;Tzs:5,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i>	sajtos bagett 50g *1* Olasz felvágott tejeskávé *7* Hella 50% növényi margarin <i>En: 1189 kj /283 kc; Feh: 11,7 gr; Szh:28gr;Cuk:5,7gr;Só:0,7 gr; Zsír:12,1gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	magyaros vajkrém 25% *7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Kakaó *7* Póréhagyma <i>En: 1170 kj /279 kc; Feh: 9,6 gr; Szh:36gr;Cuk:6,8gr;Só:0,8 gr; Zsír:9,5gr;Tzs:4,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>			
E b é d	Kenyér teljeskiőrlésű *1* Túrógombóc *1,3,7* Alma Babgulyás *1* <i>En: 2217 kj /528 kc; Feh: 27,6 gr; Szh:91gr;Cuk:17,9gr;Só:2 gr; Zsír:23,4gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Tarhonyaleves *1* Gombás sertésszelet *1* Párolt rizs Csemege uborka <i>En: 2520 kj /600 kc; Feh: 22,9 gr; Szh:81gr;Cuk:1,2gr;Só:4,1 gr; Zsír:28,4gr;Tzs:2,9gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén</i>	Zöldségleves *1,3,9* Rakott karfiol *1,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* <i>En: 2229 kj /531 kc; Feh: 23 gr; Szh:89gr;Cuk:2,1gr;Só:3,4 gr; Zsír:21gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>			
U z s o n n a	tömlős sajt *7* diák zsemle 30g *1* Zöldpaprika májusi felvágott <i>En: 527 kj /126 kc; Feh: 8,9 gr; Szh:22gr;Cuk:0,8gr;Só:1,1 gr; Zsír:11,2gr;Tzs:4,2gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Májkrém konzerv Pritamin paprika Teljes kiőrlésű kifli 60g *1,7* <i>En: 982 kj /234 kc; Feh: 8,6 gr; Szh:43gr;Cuk:11,5gr;Só:1,4 gr; Zsír:7,9gr;Tzs:5,9gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Zala felvágott Kenyér teljeskiőrlésű *1* Hella 50% növényi margarin Paradicsom <i>En: 933 kj /222 kc; Feh: 7,1 gr; Szh:27gr;Cuk:1gr;Só:1,1 gr; Zsír:7,6gr;Tzs:3,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén</i>			
	<i>En: 3849 kj /916 kc; Feh:47,1 gr; Szh:143gr;Cuk:18,7gr;Só:3,9gr;Zsír:46,9 gr;Tzs:11,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 4691 kj /1117 kc; Feh:43,1 gr; Szh:151gr;Cuk:18,4gr;Só:6,2gr;Zsír:48,5 gr;Tzs:12,3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 4333 kj /1032 kc; Feh:39,8 gr; Szh:152gr;Cuk:9,8gr;Só:5,3gr;Zsír:38 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:Szulfítok; 13:Csillagfű; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: