

Heti étlap: 2025. 05. 05. - 2025. 05. 09. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2025. 05. 05. hétfő	2025. 05. 06. kedd	2025. 05. 07. szerda	2025. 05. 08. csütörtök	2025. 05. 09. péntek	2025. 05. 10. szombat
Ebéd	Kenyér teljeskiőrlésű *1* Lencsegulyás *1* Túrós tészta *1,3,7* Alma	Reszelttészta-leves *1,3* Paradicsomos káposztafőzelék *1* Sertéspörkölt Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Zöldborsóleves *1,3* majorannás tokány *1* Párolt rizs Csemege uborka	Gyümölcsleves *1,7* Töltött csirkecomb *1,3* Petrezselymes burgonya *7* káposztával töltött paprika	Széchenyi leves *3* Kakaós csiga *1,3,7*	
	<i>En: 3858 kj /918 kc; Feh: 54,8 gr; Szh:145gr;Cuk:14,7gr; Só:4,9 gr; Zsír:37,2gr;Tzs:3,9gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 3547 kj /845 kc; Feh: 38,3 gr; Szh:117gr;Cuk:26,7gr; Só:6,7 gr; Zsír:29,9gr;Tzs:2,8gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás</i>	<i>En: 4453 kj /1060 kc; Feh: 35,2 gr; Szh:93gr;Cuk:3,5gr;Só:23,6 gr; Zsír:63gr;Tzs:6,7gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás</i>	<i>En: 3942 kj /939 kc; Feh: 44,8 gr; Szh:182gr;Cuk:23,5gr; Só:14,4 gr; Zsír:26,4gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 3300 kj /786 kc; Feh: 28,2 gr; Szh:155gr;Cuk:23,1gr; Só:10,1 gr; Zsír:32,3gr;Tzs:0,7gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 3858 kj /918 kc; Feh:54,8 gr;Szh:145gr;Cuk:14,7 gr; Só:4,9gr;Zsír:37,2 gr;Tzs:3,9 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3547 kj /845 kc; Feh:38,3 gr;Szh:117gr;Cuk:26,7 gr; Só:6,7gr;Zsír:29,9 gr;Tzs:2,8 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 4453 kj /1060 kc; Feh:35,2 gr;Szh:93gr;Cuk:3,5gr; Só:23,6gr;Zsír:63 gr;Tzs:6,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3942 kj /939 kc; Feh:44,8 gr;Szh:182gr;Cuk:23,5 gr; Só:14,4gr;Zsír:26,4 gr;Tzs:1,2 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3300 kj /786 kc; Feh:28,2 gr;Szh:155gr;Cuk:23,1 gr; Só:10,1gr;Zsír:32,3 gr;Tzs:0,7 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:Csillagfű; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmiszervezető: