

**Heti étlap: 2025. 05. 26. - 2025. 05. 30. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2025. 05. 26. hétfő	2025. 05. 27. kedd	2025. 05. 28. szerda	2025. 05. 29. csütörtök	2025. 05. 30. péntek	2025. 05. 31. szombat
<b>Ebéd</b>	<b>Zöldséges bableves *1*</b> <b>Húsos makaróni *1,3*</b> <b>Alma</b>	<b>Paradicsomleves *1,3,6,7*</b> <b>párizsi sertés szelet *1,3,7*</b> <b>Rizi-bizi</b> <b>Csemege uborka</b>	<b>Lebbencsleves *1,3*</b> <b>Kelkáposztafőzelék *1*</b> <b>Kenyér teljeskiőrlésű *1*</b> <b>Sertéspörkölt</b>	<b>Karfiolleves *1,3*</b> <b>Pásztortarhonya *1*</b> <b>Vegyes savanyúság</b>	<b>Daragaluskaleves *3,9*</b> <b>Hentestokány *1*</b> <b>Zöldfűszeres bulgur *6,8,11*</b>	
	<i>En: 2868 kj /683 kc; Feh: 37,8 gr; Szh:123gr;Cuk:8,8gr;Só:9,1 gr; Zsír:41,5gr;Tzs:5gr;Kalc:0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás</i>	<i>En: 3292 kj /784 kc; Feh: 34,7 gr; Szh:95gr;Cuk:16,7gr;Só:5,5 gr; Zsír:47,6gr;Tzs:4,8gr;Kalc:0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	<i>En: 3686 kj /878 kc; Feh: 44,1 gr; Szh:108gr;Cuk:1,8gr;Só:7,2 gr; Zsír:36,3gr;Tzs:3gr;Kalc:0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás</i>	<i>En: 3122 kj /743 kc; Feh: 22,7 gr; Szh:106gr;Cuk:2,1gr;Só:4,9 gr; Zsír:33,3gr;Tzs:4,7gr;Kalc:0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás</i>	<i>En: 4371 kj /1041 kc; Feh: 38,9 gr; Szh:134gr;Cuk:2,4gr;Só:5,9 gr; Zsír:39,2gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Dió, Zeller, Szezám</i>	
<b>Tápérték össz.</b>	<i>En: 2868 kj /683 kc; Feh:37,8 gr;Szh:123gr;Cuk:8,8gr;Só:9,1gr;Zsír:41,5 gr;Tzs:5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3292 kj /784 kc; Feh:34,7 gr;Szh:95gr;Cuk:16,7gr;Só:5,5gr;Zsír:47,6 gr;Tzs:4,8 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3686 kj /878 kc; Feh:44,1 gr;Szh:108gr;Cuk:1,8gr;Só:7,2gr;Zsír:36,3 gr;Tzs:3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3122 kj /743 kc; Feh:22,7 gr;Szh:106gr;Cuk:2,1gr;Só:4,9gr;Zsír:33,3 gr;Tzs:4,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 4371 kj /1041 kc; Feh:38,9 gr;Szh:134gr;Cuk:2,4gr;Só:5,9gr;Zsír:39,2 gr;Tzs:3,4 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:Szulfidok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: