

**Heti étlap: 2025. 06. 09. - 2025. 06. 13. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2025. 06. 09. hétfő	2025. 06. 10. kedd	2025. 06. 11. szerda	2025. 06. 12. csütörtök	2025. 06. 13. péntek	2025. 06. 14. szombat
<b>Ebéd</b>		Alma Palóclevés *1,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Grízes tészta *1,3* sárgabarack dzsem 70% gyümölcs	rántott leves *1* Majorannás csirkecomb Párolt rizs Csemege uborka	Paradicsomos húsgombóc *1,3* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Zöldségleves *1,3*	Finomfőzelék *1,7* Sertéspörkölt Kenyér teljeskiőrlésű *1* Csontleves *1,3,9*	
		En: 3527 kj /840 kc; Feh: 25,7 gr; Szh:126gr;Cuk:26,4gr; Só:3,1 gr; Zsír:28,9gr;Tzs:5,8gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Tej	En: 3412 kj /812 kc; Feh: 49,9 gr; Szh:72gr;Cuk:0gr;Só:4,6 gr; Zsír:58gr;Tzs:5,8gr;Kalc:0 gr  Glutén	En: 2502 kj /596 kc; Feh: 24,9 gr; Szh:98gr;Cuk:21,7gr;Só:3,9 gr; Zsír:18,2gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás	En: 2803 kj /667 kc; Feh: 41 gr; Szh:83gr;Cuk:13,9gr;Só:12,1 gr; Zsír:28,3gr;Tzs:3,6gr;Kalc:0 gr  Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
<b>Tápérték össz.</b>		En: 3527 kj /840 kc; Feh:25,7 gr;Szh:126gr;Cuk:26,4 gr;Só:3,1gr;Zsír:28,9 gr;Tzs:5,8 gr;Kalc:0 gr	En: 3412 kj /812 kc; Feh:49,9 gr;Szh:72gr;Cuk:0gr;Só:4,6gr;Zsír:58 gr;Tzs:5,8 gr;Kalc:0 gr	En: 2502 kj /596 kc; Feh:24,9 gr;Szh:98gr;Cuk:21,7gr;Só:3,9gr;Zsír:18,2 gr;Tzs:1,9 gr;Kalc:0 gr	En: 2803 kj /667 kc; Feh:41 gr;Szh:83gr;Cuk:13,9gr;Só:12,1gr;Zsír:28,3 gr;Tzs:3,6 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:Csillagfű; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: