

Heti étlap: 2025. 06. 16. - 2025. 06. 20. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2025. 06. 16. hétfő	2025. 06. 17. kedd	2025. 06. 18. szerda	2025. 06. 19. csütörtök	2025. 06. 20. péntek	2025. 06. 21. szombat
Ebéd	Pulykaraguleves *1,3,9* Mákos tészta *1,3* Alma	Daragaluskaleves *3,9* Zöldbabfőzelék *1,7* Sertéspörkölt Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Gyümölcsleves *1,7* Sertéstokány *1,7* Párolt rizs	Széchenyi leves *3* Mexikói chilis bab	Fokhagyma krémleves *7* rántott csirkemell *1,3* Burgonyapüré *7* uborkasaláta *6*	
	<i>En: 3512 kj /836 kc; Feh: 29,4 gr; Szh:130gr;Cuk:43,9gr; Só:2,3 gr; Zsír:34,4gr;Tzs:4,3gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Zeller</i>	<i>En: 3588 kj /854 kc; Feh: 39 gr; Szh:100gr;Cuk:4,2gr;Só:5,3 gr; Zsír:34,2gr;Tzs:2,8gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>En: 3503 kj /834 kc; Feh: 43,5 gr; Szh:99gr;Cuk:26,2gr;Só:2,9 gr; Zsír:77,6gr;Tzs:3,6gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	<i>En: 3760 kj /895 kc; Feh: 41,4 gr; Szh:199gr;Cuk:4gr;Só:7,5 gr; Zsír:21,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0 gr</i> <i>Tojás</i>	<i>En: 3820 kj /910 kc; Feh: 43,5 gr; Szh:157gr;Cuk:18,9gr;Só:7,6 gr; Zsír:54,4gr;Tzs:12gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 3512 kj /836 kc; Feh:29,4 gr;Szh:130gr;Cuk:43,9 gr;Só:2,3gr;Zsír:34,4 gr;Tzs:4,3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3588 kj /854 kc; Feh:39 gr;Szh:100gr;Cuk:4,2gr;Só:5,3gr;Zsír:34,2 gr;Tzs:2,8 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3503 kj /834 kc; Feh:43,5 gr;Szh:99gr;Cuk:26,2gr;Só:2,9gr;Zsír:77,6 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3760 kj /895 kc; Feh:41,4 gr;Szh:199gr;Cuk:4gr;Só:7,5gr;Zsír:21,4 gr;Tzs:1,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3820 kj /910 kc; Feh:43,5 gr;Szh:157gr;Cuk:18,9 gr;Só:7,6gr;Zsír:54,4 gr;Tzs:12 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:Szulfid; 13:Csillagfű; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: