

Heti étlap: 2025. 06. 23. - 2025. 06. 27. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2025. 06. 23. hétfő	2025. 06. 24. kedd	2025. 06. 25. szerda	2025. 06. 26. csütörtök	2025. 06. 27. péntek	2025. 06. 28. szombat
Ebéd	Zöldborsóleves *1,3* Húsos- sajtos rakott tészta *1,3,7* Alma	Májgaluskaleves *3,9* Burgonya főzelék *1,7* Sertéspörkölt Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Karfiolleves *1,3* Lecsós sertésszelet *1* tarhonya *1*	Brokkoli krémleves *1,3,6,7* Sült oldalas *1,3,6,7,9,10* Petrezselymes burgonya *7* Csemege uborka	Rántott burgonyaleves *1* Rizi-bizi Göngyölt sertés karaj *1,3* Vegyes savanyúság	
	<i>En: 3247 kj /773 kc; Feh: 45,7 gr; Szh:182gr;Cuk:40,3gr; Só:4,2 gr; Zsír:45,8gr;Tzs:18,4gr; Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 3577 kj /852 kc; Feh: 41,2 gr; Szh:99gr;Cuk:2,1gr;Só: 6,9 gr; Zsír:32,3gr;Tzs:2,6gr;K alc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>En: 3413 kj /813 kc; Feh: 39,9 gr; Szh:110gr;Cuk:4,7gr;Só: 5,6 gr; Zsír:46,4gr;Tzs:5,1gr;K alc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás</i>	<i>En: 3693 kj /879 kc; Feh: 21,4 gr; Szh:147gr;Cuk:5,6gr;Só: 14 gr; Zsír:34,7gr;Tzs:10,2gr; Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár</i>	<i>En: 3474 kj /827 kc; Feh: 29,5 gr; Szh:97gr;Cuk:1gr;Só:4 ,5 gr; Zsír:45,7gr;Tzs:4,8gr;K alc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 3247 kj /773 kc; Feh:45,7 gr;Szh:182gr;Cuk:40,3 gr;Só:4,2gr;Zsír:45,8 gr;Tzs:18,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3577 kj /852 kc; Feh:41,2 gr;Szh:99gr;Cuk:2,1gr; Só:6,9gr;Zsír:32,3 gr;Tzs:2,6 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3413 kj /813 kc; Feh:39,9 gr;Szh:110gr;Cuk:4,7g r;Só:5,6gr;Zsír:46,4 gr;Tzs:5,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3693 kj /879 kc; Feh:21,4 gr;Szh:147gr;Cuk:5,6g r;Só:14gr;Zsír:34,7 gr;Tzs:10,2 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3474 kj /827 kc; Feh:29,5 gr;Szh:97gr;Cuk:1gr;Só: 4,5gr;Zsír:45,7 gr;Tzs:4,8 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:Szezámag; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: