

Heti étlap: 2025. 07. 07. - 2025. 07. 11. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2025. 07. 07. hétfő	2025. 07. 08. kedd	2025. 07. 09. szerda	2025. 07. 10. csütörtök	2025. 07. 11. péntek	2025. 07. 12. szombat
Ebéd	Gránátkocka *1,3*	Rizses hús	Paradicsomos káposztafőzelék *1* Sertéspörkölt	Bakonyi csirkeragu *1,7* Tésztaköret *1,3*	Pusztapörkölt	
	En: 1762 kj /420 kc; Feh: 12,3 gr; Szh:71gr;Cuk:1gr;Só:2 gr; Zsír:9gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás	En: 3043 kj /724 kc; Feh: 20,5 gr; Szh:79gr;Cuk:1gr;Só:0,2 gr; Zsír:34gr;Tzs:3,7gr;Kalc:0 gr	En: 2415 kj /575 kc; Feh: 27,2 gr; Szh:55gr;Cuk:23gr;Só:4,3 gr; Zsír:32gr;Tzs:3,2gr;Kalc:0 gr Glutén	En: 2050 kj /488 kc; Feh: 32,1 gr; Szh:59gr;Cuk:1,4gr;Só:2,9 gr; Zsír:22,6gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 3193 kj /760 kc; Feh: 27,9 gr; Szh:122gr;Cuk:1gr;Só:10 gr; Zsír:15,4gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0 gr	
Tápérték össz.	En: 1762 kj /420 kc; Feh:12,3 gr;Szh:71gr;Cuk:1gr;Só:2gr;Zsír:9 gr;Tzs:1,4 gr;Kalc:0 gr	En: 3043 kj /724 kc; Feh:20,5 gr;Szh:79gr;Cuk:1gr;Só:0,2gr;Zsír:34 gr;Tzs:3,7 gr;Kalc:0 gr	En: 2415 kj /575 kc; Feh:27,2 gr;Szh:55gr;Cuk:23gr;Só:4,3gr;Zsír:32 gr;Tzs:3,2 gr;Kalc:0 gr	En: 2050 kj /488 kc; Feh:32,1 gr;Szh:59gr;Cuk:1,4gr;Só:2,9gr;Zsír:22,6 gr;Tzs:1,6 gr;Kalc:0 gr	En: 3193 kj /760 kc; Feh:27,9 gr;Szh:122gr;Cuk:1gr;Só:10gr;Zsír:15,4 gr;Tzs:1,2 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: