

Heti étlap: 2025. 07. 14. - 2025. 07. 18. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 év

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

	2025. 07. 14. hétfő	2025. 07. 15. kedd	2025. 07. 16. szerda	2025. 07. 17. csütörtök	2025. 07. 18. péntek	2025. 07. 19. szombat
Ebéd	Grízes tészta *1,3*	Székelykáposzta *1,7*	Tarhonyás hús *1*	Rakottburgonya *3,7*	Paradicsomos húsgombóc *1,3*	
	En: 2167 kj /516 kc; Feh: 13,9 gr; Szh:85gr;Cuk:10,8gr;Só:2 gr; Zsír:12,4gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás	En: 1386 kj /330 kc; Feh: 18,4 gr; Szh:29gr;Cuk:0,9gr;Só:4 gr; Zsír:20,3gr;Tzs:4,3gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	En: 2217 kj /528 kc; Feh: 27,8 gr; Szh:68gr;Cuk:1,9gr;Só:2,8 gr; Zsír:15,8gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0 gr Glutén	En: 3508 kj /835 kc; Feh: 23,1 gr; Szh:69gr;Cuk:9gr;Só:10,7 gr; Zsír:49,1gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0 gr Tojás, Tej	En: 1847 kj /440 kc; Feh: 18,9 gr; Szh:47gr;Cuk:22,2gr;Só:2,5 gr; Zsír:21gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás	
Tápérték össz.	En: 2167 kj /516 kc; Feh:13,9 gr;Szh:85gr;Cuk:10,8gr;Só:2gr;Zsír:12,4 gr;Tzs:1,9 gr;Kalc:0 gr	En: 1386 kj /330 kc; Feh:18,4 gr;Szh:29gr;Cuk:0,9gr;Só:4gr;Zsír:20,3 gr;Tzs:4,3 gr;Kalc:0 gr	En: 2217 kj /528 kc; Feh:27,8 gr;Szh:68gr;Cuk:1,9gr;Só:2,8gr;Zsír:15,8 gr;Tzs:1,5 gr;Kalc:0 gr	En: 3508 kj /835 kc; Feh:23,1 gr;Szh:69gr;Cuk:9gr;Só:10,7gr;Zsír:49,1 gr;Tzs:0,5 gr;Kalc:0 gr	En: 1847 kj /440 kc; Feh:18,9 gr;Szh:47gr;Cuk:22,2gr;Só:2,5gr;Zsír:21 gr;Tzs:1,8 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: