

Heti étlap: 2025. 07. 21. - 2025. 07. 25. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2025. 07. 21. hétfő	2025. 07. 22. kedd	2025. 07. 23. szerda	2025. 07. 24. csütörtök	2025. 07. 25. péntek	2025. 07. 26. szombat
Ebéd	kertészleves *1,3* Bolonyai spagetti *1,3,7*	Zöldségleves *1,3* Rakott kelkáposzta *7* Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Csontleves *1,3,9* Burgonya főzelék *1,7* Sertéspörkölt Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Brokkoli krémleves *1,3,6,7* Édes-savanyú csirke Párolt rizs	Paradicsomleves *1,3,6,7* Hentestokány *1* Tésztaköret *1,3*	
	<i>En: 3831 kj /912 kc; Feh: 54,8 gr; Szh:141gr;Cuk:9,9gr;Só:13,5 gr; Zsír:46,4gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 3249 kj /773 kc; Feh: 37,6 gr; Szh:96gr;Cuk:2,5gr;Só:4,9 gr; Zsír:30,2gr;Tzs:6,6gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 3306 kj /787 kc; Feh: 41,9 gr; Szh:98gr;Cuk:2,4gr;Só:12,2 gr; Zsír:33,7gr;Tzs:2,9gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>En: 3010 kj /717 kc; Feh: 36,7 gr; Szh:87gr;Cuk:14,7gr;Só:10,3 gr; Zsír:45gr;Tzs:12gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	<i>En: 3254 kj /775 kc; Feh: 34,2 gr; Szh:92gr;Cuk:15,8gr;Só:5,1 gr; Zsír:33,4gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 3831 kj /912 kc; Feh:54,8 gr;Szh:141gr;Cuk:9,9gr;Só:13,5gr;Zsír:46,4 gr;Tzs:1,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3249 kj /773 kc; Feh:37,6 gr;Szh:96gr;Cuk:2,5gr;Só:4,9gr;Zsír:30,2 gr;Tzs:6,6 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3306 kj /787 kc; Feh:41,9 gr;Szh:98gr;Cuk:2,4gr;Só:12,2gr;Zsír:33,7 gr;Tzs:2,9 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3010 kj /717 kc; Feh:36,7 gr;Szh:87gr;Cuk:14,7gr;Só:10,3gr;Zsír:45 gr;Tzs:12 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 3254 kj /775 kc; Feh:34,2 gr;Szh:92gr;Cuk:15,8gr;Só:5,1gr;Zsír:33,4 gr;Tzs:2,6 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: