

Heti étlap: 2025. 07. 21. - 2025. 07. 25. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 11-14 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	Bolonyai spagetti *1,3,7*	Rakott kelkáposzta *7*	Burgonya főzelék *1,7* Sertéspörkölt	Édes-savanyú csirke Párolt rizs	Hentestokány *1* Tésztaköret *1,3*	
	En: 1453 kj /346 kc; Feh: 20,9 gr; Szh:38gr;Cuk:7,8gr;Só: :1,7 gr; Zsír:21gr;Tzs:0,5gr;Kalc: :0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 1777 kj /423 kc; Feh: 24,2 gr; Szh:31gr;Cuk:1,2gr;Só: :1,8 gr; Zsír:20,9gr;Tzs:5,2gr;K alc:0 gr Tej	En: 2132 kj /508 kc; Feh: 25,9 gr; Szh:49gr;Cuk:3gr;Só:3 ,2 gr; Zsír:25,6gr;Tzs:2,4gr;K alc:0 gr Glutén, Tej	En: 2757 kj /657 kc; Feh: 28,8 gr; Szh:71gr;Cuk:7,6gr;Só: :6,7 gr; Zsír:34,8gr;Tzs:4,1gr;K alc:0 gr	En: 2485 kj /592 kc; Feh: 29,2 gr; Szh:53gr;Cuk:0gr;Só:4 ,3 gr; Zsír:28,7gr;Tzs:1,7gr;K alc:0 gr Glutén, Tojás	
Tápérték össz.	En: 1453 kj /346 kc; Feh:20,9 gr;Szh:38gr;Cuk:7,8gr; Só:1,7gr;Zsír:21 gr;Tzs:0,5 gr;Kalc:0 gr	En: 1777 kj /423 kc; Feh:24,2 gr;Szh:31gr;Cuk:1,2gr; Só:1,8gr;Zsír:20,9 gr;Tzs:5,2 gr;Kalc:0 gr	En: 2132 kj /508 kc; Feh:25,9 gr;Szh:49gr;Cuk:3gr;S ó:3,2gr;Zsír:25,6 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:0 gr	En: 2757 kj /657 kc; Feh:28,8 gr;Szh:71gr;Cuk:7,6gr; Só:6,7gr;Zsír:34,8 gr;Tzs:4,1 gr;Kalc:0 gr	En: 2485 kj /592 kc; Feh:29,2 gr;Szh:53gr;Cuk:0gr;S ó:4,3gr;Zsír:28,7 gr;Tzs:1,7 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: