

Heti étlap: 2025. 08. 18. - 2025. 08. 22. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2025. 08. 18. hétfő	2025. 08. 19. kedd	2025. 08. 20. szerda	2025. 08. 21. csütörtök	2025. 08. 22. péntek	2025. 08. 23. szombat
Ebéd	Húsgombóc leves *1,3* Túrós tészta *1,3,7* görögdinnye	Daragaluskaleves *3,9* Burgonya főzelék *1,7* Fasírt *1,3* Kenyér teljeskiőrlésű *1*		Zöldborsóleves *1,3* gyros pirított burgonya káposztasaláta	Gulyásleves Kenyér teljeskiőrlésű *1* Tejbegríz *7*	
	En: 3145 kj /749 kc; Feh:32,6gr Szh:93gr;Cuk:11gr;Só:3,9gr Zsír:41,5gr;Tzs:3,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	En: 3582 kj /853 kc; Feh:30,3gr Szh:130gr;Cuk:2,4gr;Só:4gr Zsír:23,6gr;Tzs:3,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller		En: 3825 kj /911 kc; Feh:40,8gr Szh:102gr;Cuk:3,1gr;Só:1,7gr Zsír:52,4gr;Tzs:3,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás	En: 3603 kj /858 kc; Feh:33,2gr Szh:125gr;Cuk:32,2gr;Só:6,9gr Zsír:22,9gr;Tzs:2gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	
Tápérték össz.	En: 3145 kj /749 kc; Feh:32,6gr;Szh:93gr;Cuk:11gr;Só:3,9gr;Zsír:41,5 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:0 gr	En: 3582 kj /853 kc; Feh:30,3gr;Szh:130gr;Cuk:2,4gr;Só:4gr;Zsír:23,6 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:0 gr		En: 3825 kj /911 kc; Feh:40,8gr;Szh:102gr;Cuk:3,1gr;Só:1,7gr;Zsír:52,4 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:0 gr	En: 3603 kj /858 kc; Feh:33,2gr;Szh:125gr;Cuk:32,2gr;Só:6,9gr;Zsír:22,9 gr;Tzs: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:Szezámag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: