

Heti étlap: 2025. 09. 15. - 2025. 09. 19. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2025. 09. 15. hétfő	2025. 09. 16. kedd	2025. 09. 17. szerda	2025. 09. 18. csütörtök	2025. 09. 19. péntek	2025. 09. 20. szombat
Ebéd	Alma Fejtett bableves kolbásszal *1,3,7* Túrós derelye *1,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Daragaluskaleves *3,9* Zöldborsó főzelék *1,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Tükörtojás(*3*	Karalábéleves *1,3* Rizsesmáj *1* Vegyes savanyúság	Csontleves *1,3,9* Paradicsomos káposztafőzelék *1* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Sertéspörkölt	Brokkoli krémleves *1,3,6,7* Sült csirkecomb *1,3,6,7,9,10* Burgonyapüré *7* káposztával töltött paprika	
	En: 3463 kj /824 kc; Feh:51,6gr Szh:195gr;Cuk:48,1gr;Só: :3,2gr Zsír:51,8gr;Tzs:2gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 4864 kj /1158 kc; Feh:38gr Szh:134gr;Cuk:16,1gr;Só: :3,1gr Zsír:54,9gr;Tzs:9,6gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 2672 kj /636 kc; Feh:31,3gr Szh:88gr;Cuk:3,1gr;Só:5 gr Zsír:23,8gr;Tzs:2,7gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás	En: 3233 kj /770 kc; Feh:43,5gr Szh:106gr;Cuk:27,7gr;Só: :15,7gr Zsír:29,9gr;Tzs:2,7gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Zeller	En: 3389 kj /807 kc; Feh:58,2gr Szh:111gr;Cuk:7,9gr;Só: :19,2gr Zsír:53gr;Tzs:12,7gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	
Tápérték össz.	En: 3463 kj /824 kc; Feh:51,6 gr;Szh:195gr;Cuk:48,1gr; Só:3,2gr;Zsír:51,8 gr;Tzs:2 gr;Kalc:0 gr	En: 4864 kj /1158 kc; Feh:38 gr;Szh:134gr;Cuk:16,1gr; Só:3,1gr;Zsír:54,9 gr;Tzs:9,6 gr;Kalc:0 gr	En: 2672 kj /636 kc; Feh:31,3 gr;Szh:88gr;Cuk:3,1gr;Só: :5gr;Zsír:23,8 gr;Tzs:2,7 gr;Kalc:0 gr	En: 3233 kj /770 kc; Feh:43,5 gr;Szh:106gr;Cuk:27,7gr; Só:15,7gr;Zsír:29,9 gr;Tzs:2,7 gr;Kalc:0 gr	En: 3389 kj /807 kc; Feh:58,2 gr;Szh:111gr;Cuk:7,9gr;Só: :19,2gr;Zsír:53 gr;Tzs:12,7 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:Szezámag; 12:Szulfitek; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmiszervezető: