

Heti étlap: 2025. 09. 22. - 2025. 09. 26. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

| | 2025. 09. 22. hétfő | 2025. 09. 23. kedd | 2025. 09. 24. szerda | 2025. 09. 25. csütörtök | 2025. 09. 26. péntek | 2025. 09. 27. szombat |
|---------------------------|---|--|---|--|--|-----------------------|
| Ebéd | Gulyásleves Mákos tészta *1,3* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Alma | tojásleves *1,3* Sült oldalas *1,3,6,7,9,10* Hagymás burgonya Csemege uborka | Tarhonyaleves *1* Tejfölös, gombás csirkeragu *1,7* Párolt rizs | Sült kolbász karika Reszelttészta-leves *1,3* Sárgaborsófőzelék *1* Kenyér teljeskiőrlésű *1* | Palócleves *1,7* Fánk *1,3,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* | |
| | En: 3794 kj /903 kc; Feh:33gr Szh:133gr;Cuk:29,2gr;Só: :5,8gr Zsír:31,7gr;Tzs:4,1gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás | En: 3269 kj /778 kc; Feh:30,5gr Szh:202gr;Cuk:0,8gr;Só: 22,9gr Zsír:35,1gr;Tzs:4,6gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár | En: 3581 kj /853 kc; Feh:44,7gr Szh:126gr;Cuk:1,6gr;Só: 5,5gr Zsír:28gr;Tzs:6,8gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej | En: 3803 kj /905 kc; Feh:38,7gr Szh:95gr;Cuk:0,8gr;Só:4, 5gr Zsír:42,6gr;Tzs:2,5gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás | En: 4078 kj /971 kc; Feh:21,5gr Szh:100gr;Cuk:10,5gr;Só: :2,3gr Zsír:65,1gr;Tzs:8,6gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Tej | |
| Tápérték össz. | En: 3794 kj /903 kc; Feh:33 gr;Szh:133gr;Cuk:29,2gr; Só:5,8gr;Zsír:31,7 gr;Tzs:4,1 gr;Kalc:0 gr | En: 3269 kj /778 kc; Feh:30,5 gr;Szh:202gr;Cuk:0,8gr;Só: 22,9gr;Zsír:35,1 gr;Tzs:4,6 gr;Kalc:0 gr | En: 3581 kj /853 kc; Feh:44,7 gr;Szh:126gr;Cuk:1,6gr;Só: 5,5gr;Zsír:28 gr;Tzs:6,8 gr;Kalc:0 gr | En: 3803 kj /905 kc; Feh:38,7 gr;Szh:95gr;Cuk:0,8gr;Só: 4,5gr;Zsír:42,6 gr;Tzs:2,5 gr;Kalc:0 gr | En: 4078 kj /971 kc; Feh:21,5 gr;Szh:100gr;Cuk:10,5gr; Só:2,3gr;Zsír:65,1 gr;Tzs:8,6 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: