

Heti étlap: 2025. 10. 06. - 2025. 10. 10. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2025. 10. 06. hétfő	2025. 10. 07. kedd	2025. 10. 08. szerda	2025. 10. 09. csütörtök	2025. 10. 10. péntek	2025. 10. 11. szombat
Ebéd	Májgaluskaleves *3,9* Milánói spagetti *1,3,7* Alma	Zöldségleves *1,3* Zöldbabfőzelék *1,7* Sertéspörkölt Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Karfiol krémleves *1,3,6,7* Rizses hús Csemege uborka	Gulyásleves Almás rétes *1* Kenyér teljeskiőrlésű *1*	Daragaluskaleves *3,9* Csirkepörkölt tejfölösen *1,7* Tésztaköret *1,3*	
	En: 3539 kj /843 kc; Feh:34,6gr Szh:129gr;Cuk:30,9gr;Só: 6,3gr Zsír:24,4gr;Tzs:1,1gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 3350 kj /798 kc; Feh:40gr Szh:100gr;Cuk:3,6gr;Só: 7,3gr Zsír:34,2gr;Tzs:3,1gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Tej	En: 3535 kj /842 kc; Feh:32,9gr Szh:124gr;Cuk:3,2gr;Só: 6,6gr Zsír:41,8gr;Tzs:11,6gr;Kal: c:0gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	En: 3649 kj /869 kc; Feh:26,5gr Szh:112gr;Cuk:24,1gr;Só: 4,3gr Zsír:32,7gr;Tzs:2,1gr;Kalc: 0gr Glutén	En: 3886 kj /925 kc; Feh:52,8gr Szh:123gr;Cuk:3,3gr;Só: 4,1gr Zsír:38,4gr;Tzs:5,2gr;Kalc: 0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
Tápérték össz.	En: 3539 kj /843 kc; Feh:34,6 gr;Szh:129gr;Cuk:30,9gr; Só:6,3gr;Zsír:24,4 gr;Tzs:1,1 gr;Kalc:0 gr	En: 3350 kj /798 kc; Feh:40 gr;Szh:100gr;Cuk:3,6gr;Só: 7,3gr;Zsír:34,2 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:0 gr	En: 3535 kj /842 kc; Feh:32,9 gr;Szh:124gr;Cuk:3,2gr;Só: 6,6gr;Zsír:41,8 gr;Tzs:11,6 gr;Kalc:0 gr	En: 3649 kj /869 kc; Feh:26,5 gr;Szh:112gr;Cuk:24,1gr; Só:4,3gr;Zsír:32,7 gr;Tzs:2,1 gr;Kalc:0 gr	En: 3886 kj /925 kc; Feh:52,8 gr;Szh:123gr;Cuk:3,3gr;Só: 4,1gr;Zsír:38,4 gr;Tzs:5,2 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:Szulfitek; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: