Heti étlap: 2026. 11. 09. - 2026. 11. 13. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2026. 11. 09. hétfő	2026. 11. 10. kedd	2026. 11. 11. szerda	2026. 11. 12. csütörtök	2026. 11. 13. péntek	2026. 11. 14. szombat
Ebéd	**Frankfurti leves *1,7* derelye ízes *1,3* Alma Kenyér (fehér) *1***	**Tarhonyaleves *1* Finomfőzelék *1,7* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Sertéspörkölt**	**Karalábéleves rántással, galuska tésztával *1,3* dubarry csirkemell *1,7* Bulgur *1,6,8,11* Cékla**	**sütőtök krémleves *7* majorannás tokány Tepsiben sült burgonya káposztával töltött paprika**	**Széchenyi leves *3* Rakott zöldbab *7* Kenyér (fehér) *1***	
	En: 3876 kj /923 kc; Feh:20,8gr Sznh:131gr;Cuk:31,4gr;Só:3,7gr Zsír:33,5gr;Tzs:6,1gr;Kalc:93,1gr Glutén, Tojás, Tej	*En: 4392 kj /1046 kc; Feh:45,3gr Sznh:127gr;Cuk:13,6gr;Só:6,1gr Zsír:36,2gr;Tzs:4,8gr;Kalc:278,36gr Glutén, Tej*	*En: 4974 kj /1184 kc; Feh:57,3gr Sznh:134gr;Cuk:3,2gr;Só:4,4gr Zsír:46,8gr;Tzs:6,5gr;Kalc:268,79gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Szezámmag*	*En: 4225 kj /1006 kc; Feh:33,1gr Sznh:135gr;Cuk:9gr;Só:5,9gr Zsír:43,7gr;Tzs:10,1gr;Kalc:142,38gr Tej*	*En: 4169 kj /993 kc; Feh:43,7gr Sznh:143gr;Cuk:1,8gr;Só:8,6gr Zsír:28,8gr;Tzs:5,6gr;Kalc:244,48gr Glutén, Tojás, Tej*	
Tápérték össz.	*En: 3876 kj /923 kc; Feh:20,8 gr;Sznh:131gr;Cuk:31,4gr;Só:3,7gr;Zsír:33,5 gr;Tzs:6,1 gr;Kalc:93,1 gr*	*En: 4392 kj /1046 kc; Feh:45,3 gr;Sznh:127gr;Cuk:13,6gr;Só:6,1gr;Zsír:36,2 gr;Tzs:4,8 gr;Kalc:278,36 gr*	*En: 4974 kj /1184 kc; Feh:57,3 gr;Sznh:134gr;Cuk:3,2gr;Só:4,4gr;Zsír:46,8 gr;Tzs:6,5 gr;Kalc:268,79 gr*	*En: 4225 kj /1006 kc; Feh:33,1 gr;Sznh:135gr;Cuk:9gr;Só:5,9gr;Zsír:43,7 gr;Tzs:10,1 gr;Kalc:142,38 gr*	*En: 4169 kj /993 kc; Feh:43,7 gr;Sznh:143gr;Cuk:1,8gr;Só:8,6gr;Zsír:28,8 gr;Tzs:5,6 gr;Kalc:244,48 gr*	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámmag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk. Int.vezető: Szakács: Dietetikus: Élelmezésvezető: