Heti étlap: 2026. 11. 23. - 2026. 11. 27. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2026. 11. 23. hétfő	2026. 11. 24. kedd	2026. 11. 25. szerda	2026. 11. 26. csütörtök	2026. 11. 27. péntek	2026. 11. 28. szombat
Ebéd	**Májgaluskaleves *3,9*** **Bolonyai spagetti *1,3,6,7,9,10*** **Mandarin**	**Lebbencsleves *1,3*** **Székelykáposzta *1,6,7,8,11*** **Kenyér (fehér) *1***	**Póréhagyma krémleves *7*** **Sült csirkecomb *1,3,6,7,9,10*** **Párolt rizs kukoricával** **Cékla**	**kertészleves *1,3*** **Burgonyapüré *7*** **sült tarja *1,3,6,7,9,10*** **Vegyes savanyúság**	**Babgulyás *1*** **Kenyér teljeskiőrlésű *1*** **Mákos kalács *1,5,7,8,11*** **Alma**	
	En: 3614 kj /860 kc; Feh:52,1gr Sznh:107gr;Cuk:17gr;Só:5,1gr Zsír:47,5gr;Tzs:1,2gr;Kalc:112,07gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár	*En: 2979 kj /709 kc; Feh:26,6gr Sznh:91gr;Cuk:2,1gr;Só:6gr Zsír:24,5gr;Tzs:4,6gr;Kalc:197,77gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Szezámmag*	*En: 3891 kj /926 kc; Feh:50,1gr Sznh:74gr;Cuk:4,1gr;Só:5,5gr Zsír:47gr;Tzs:5,6gr;Kalc:60,46gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár*	*En: 3985 kj /949 kc; Feh:37,6gr Sznh:88gr;Cuk:2,7gr;Só:5,3gr Zsír:37,7gr;Tzs:2,3gr;Kalc:143,46gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár*	*En: 3881 kj /924 kc; Feh:35,5gr Sznh:133gr;Cuk:30,4gr;Só:1,5gr Zsír:28,8gr;Tzs:2,8gr;Kalc:380,87gr Glutén, Földimogyoró, Tej, Dió, Szezámmag*	
Tápérték össz.	*En: 3614 kj /860 kc; Feh:52,1 gr;Sznh:107gr;Cuk:17gr;Só:5,1gr;Zsír:47,5 gr;Tzs:1,2 gr;Kalc:112,07 gr*	*En: 2979 kj /709 kc; Feh:26,6 gr;Sznh:91gr;Cuk:2,1gr;Só:6gr;Zsír:24,5 gr;Tzs:4,6 gr;Kalc:197,77 gr*	*En: 3891 kj /926 kc; Feh:50,1 gr;Sznh:74gr;Cuk:4,1gr;Só:5,5gr;Zsír:47 gr;Tzs:5,6 gr;Kalc:60,46 gr*	*En: 3985 kj /949 kc; Feh:37,6 gr;Sznh:88gr;Cuk:2,7gr;Só:5,3gr;Zsír:37,7 gr;Tzs:2,3 gr;Kalc:143,46 gr*	*En: 3881 kj /924 kc; Feh:35,5 gr;Sznh:133gr;Cuk:30,4gr;Só:1,5gr;Zsír:28,8 gr;Tzs:2,8 gr;Kalc:380,87 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: