

Az étlap változtatás jogát fenn tartjuk!



















Diétás étkezést nem biztosítunk!

## Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha

### Étlap - Felnőtt

2018. július 02- 2018. július 06.


27. hét/1

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Ebéd	Lencsegulyás leves  f. kenyér 	5dl 80g	Csontleves leves Tészta 	5dl 12g	Lebbencsleves   	5dl	Tavaszi hagyma krémleves  Leves gyöngy	5dl 12g	Grízgaluska leves  	5dl
	Túrógombóc    őszibarack	270g 50g	Pecsenye Petrezselymes burgonya  Bolgársaláta	120g 270g 40g	Zöldbabfőzelék  S. pörkölt f. kenyér  Túrós rétes   	270g 120g 80g 50g	Sült csirkecomb Sárgarépás rizs Uborkasaláta Nektarin	270g 50g 50g	Töltött káposzta f. kenyér  sárgadinnye	270g 80g 50g
Összesen tápérték	Kcal:970,9;F:47,4; Zs:37,9;Szh:110 Só:4,022;		Kcal:974,74;F:50,18 Zs:27,18;Szh:131,78 Só:7,72;Cuk:25,1;		Kcal:939,4;F:35,34 Zs:38,9;Szh:114,48;Só:6,8; Cuk:18,28		Kcal:1380,2;F:56,28;Zs:57,2; Szh:160;Só:7,96;Cuk:9,14		Kcal:1000;F:40;Zs:46;Szh 112;Só 2;Cuk:14	

Dr. Orosz János  
házi orvos

Kóródiné Iván Éva  
óvodavezető

Szabó Józsefné  
élelmezésvezető




















 tojás  glutén  kn dioxik s szulfitek  laktóz  szezám-mag  szója

## Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha

### Étlap – Nyári gyermekétkezés

2018. július 02- 2018. július 06.

27. hét/2

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Ebéd	Lencsegulyás leves  f. kenyér 	5dl 80g	Csontleves leves Tészta 	5dl 12g	Lebbencsleves   	5dl	Tavaszi hagyma krémleves  Leves gyöngy	5dl 12g	Grízgaluska leves  	5dl
	Túrógombóc    őszibarack	270g 50g	Pecsénye Petrezselymes burgonya  Bolgársaláta	120g 270g 40g	Zöldbabfőzelék  S. pörkölt f. kenyér  Túrós rétes   	270g 120g 80g 50g	Sült csirkecomb Sárgarépás rizs Uborkasaláta Nektarin	270g 50g 50g	Apró savanyú káposzta f. kenyér  sárgadinnye	270g 80g 50g
Összesen tápérték	Kcal:970,9;F:47,4; Zs:37,9;Szh:110 Só:4,022;		Kcal:974,74;F:50,18 Zs:27,18;Szh:131,78 Só:7,72;Cuk:25,1;		Kcal:939,4;F:35,34 Zs:38,9;Szh:114,48;Só:6,8; Cuk:18,28		Kcal:1380,2;F:56,28;Zs:57,2; Szh:160;Só:7,96;Cuk:9,14		Kcal:1000;F:40;Zs:46;Szh 112;Só 2;Cuk:14	

Dr. Orosz János  
házi orvosKóródiné Iván Éva  
óvodavezetőSzabó Józsefné  
élelmezésvezető



























 tojás  glutén  kn dioxid s szulfitok  laktóz  szezám-mag  szója

## Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha







### Étlap - Felnőtt

2018. július 09- 2018. július 13.

28. hét/1

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Ébéd	Káposzta gulyás leves  f. kenyér 	5dl 80g	Reszelt tészta-leves   	5dl 12g	Hamis gulyásleves  	5dl	Meggyleves  	5dl	Tojásleves  	5dl
	Krumplis tészta   őszibarack 	270g 50g	Tarhonyás hús   Meggyes rétes  	270g 40g	Szemes babfőzelék   S. pörkölt f. kenyér  Alma	270g 120g 80g 50g	Göngyölt sertés karaj  Petrezselymes burgonya  uborkasaláta 	120g 270g 50g	Csikóstokány Tészta   Görögdinnye	120g 270g 50g
Összesen tápérték	Kcal:844,9;F:27,4; Zs:27,9;Szh:120 Só:2,022;Cuk:5,71		Kcal:854,74;F:30,18 Zs:36,18;Szh:98,78 Só:4;Cuk:5,1;		Kcal:888,4;F:35,34 Zs:38,9;Szh:114,48;Só:6,8; Cuk:18,28		Kcal:759,2;F:32,28;Zs:18,2; Szh:112;Só:4,96;Cuk:25		Kcal:601,38;F:33;Zs:22; Szh67;Só 3,9;	

Dr. Orosz János  
házi orvosKóródiné Iván Éva  
óvodavezetőSzabó Józsefné  
élelmezésvezető


























 tojás  glutén  kn dioxik s szulfitok  laktóz  szezám-mag  szója

## Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha







### Étlap – Nyári gyermekétkezés

2018. július 09- 2018. július 13.

28. hét/1

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Ebéd	Káposzta gulyás leves  f. kenyér 	5dl 80g	Reszelt tészta-leves   	5dl 12g	Hamis gulyásleves  	5dl	Meggye leves  	5dl	Tojásleves  	5dl
	Krumplis tészta   őszibarack 	270g 50g	Tarhonyás hús   Meggyes rétes  	270g 40g	Szemes babfőzelék   S. pörkölt f. kenyér  Alma	270g 120g 80g 50g	Göngyölt sertés karaj  Petrezselymes burgonya  uborkasaláta	120g 270g 50g	Csikóstokány Tészta   Görögdinnye	120g 270g 50g
Összesen tápérték	Kcal:844,9;F:27,4; Zs:27,9;Szh:120 Só:2,022;Cuk:5,71		Kcal:854,74;F:30,18 Zs:36,18;Szh:98,78 Só:4;Cuk:5,1;		Kcal:888,4;F:35,34 Zs:38,9;Szh:114,48;Só:6,8; Cuk:18,28		Kcal:759,2;F:32,28;Zs:18,2; Szh:112;Só:4,96;Cuk:25		Kcal:601,38;F:33;Zs:22; Szh67;Só 3,9;	

Dr. Orosz János  
házi orvosKóródiné Iván Éva  
óvodavezetőSzabó Józsefné  
élelmezésvezető

 tojás  glutén  kn dioxid s szulfitok  laktóz  szezám-mag  szója