Heti étlap: 2022.04.25. - 2022.04.29. a / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2022.04.25. hétfő	2022.04.26. kedd	2022.04.27. szerda	2022.04.28. csütörtök	2022.04.29. péntek	2022.04.30. szombat
Tízórai	**Pápai húspogácsa *1*** **Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7*** **Kenyér teljeskiőrlésű *1*** *En: 1125 kj /268 kc; Feh: 14,4 gr; Sznh:38gr;Cuk:0gr;Só:1,8 gr; Zsír:30,2gr;Tzs:0,2gr;Kalc:0 gr* *Glutén, Tej*	**virslis kifli *1,7*** **Tej (pasztőrözött; 1,5 %) *7*** *En: 645 kj /154 kc; Feh: 14,7 gr; Sznh:41gr;Cuk:1,9gr;Só:1,6 gr; Zsír:13gr;Tzs:3,8gr;Kalc:0 gr* *Glutén, Tej*	**Vajaskenyér *1,7*** **Retek** **Kakaó *7***	**diák teljes kiörlésű zsemle 30g *1*** **Ausztri felvágott** **Delma light** **Pritamin paprika** **tejeskávé *7***	**Pizzás szelet *1,7*** **Tea**	
Ebéd	**Alma** **Lencsegulyás *1*** **nudli *1*** **Kenyér teljeskiőrlésű *1*** *En: 1286 kj /306 kc; Feh: 27,7 gr; Sznh:125gr;Cuk:31,6gr;Só:6,8 gr; Zsír:26,7gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr* *Glutén*	**Tarhonyaleves *1,9*** **Rizses hús** **Csemege uborka** *En: 982 kj /234 kc; Feh: 19,1 gr; Sznh:95gr;Cuk:1,5gr;Só:1,2 gr; Zsír:32,7gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0 gr* *Glutén, Zeller*	**Tavaszi zöldségleves *1,3,9*** **Sárgaborsófőzelék *1,7*** **Sertéspörkölt *1*** **Kenyér (fehér) *1***	**Csontleves *1,3,9*** **Göngyölt sertés karaj *1,3*** **Burgonyapüré *7*** **Vegyes savanyúság**	**Hansági gulyásleves *9*** **Kenyér teljeskiőrlésű *1*** **Tejbegríz *7***	
Uzsonna	**Zöldpaprika** **Vajkrém natúr 25% *7*** **diák zsemle *1*** *En: 425 kj /101 kc; Feh: 3,2 gr; Sznh:20gr;Cuk:0,2gr;Só:0,6 gr; Zsír:8,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr* *Glutén, Tej*	**Kenyér(korpás) *1*** **Zala felvágott** **Uborka *6***	**Túróstáska *1,3,7***	**Pizzás csiga *1***	**Háztartási keksz *1*** **Alma**	
	En: 2835 kj /675 kc; Feh:45,3 gr;Sznh:183gr;Cuk:31,8gr;Só:9,3gr;Zsír: 65,3 gr;Tzs:0,6 gr;Kalc:0 gr	*En: 1801 kj /429 kc; Feh:40 gr;Sznh:159gr;Cuk:3,8gr;Só:4,5gr;Zsír:5 6,5 gr;Tzs:6 gr;Kalc:0 gr*	*En: 2258 kj /538 kc; Feh:41,4 gr;Sznh:144gr;Cuk:23,1gr;Só:4gr;Zsír:53 gr;Tzs:1,7 gr;Kalc:0 gr*	*En: 3750 kj /893 kc; Feh:41,3 gr;Sznh:126gr;Cuk:11,5gr;Só:11gr;Zsír:6 4,9 gr;Tzs:0,3 gr;Kalc:0 gr*	*En: 2162 kj /515 kc; Feh:38,8 gr;Sznh:162gr;Cuk:47,7gr;Só:4,1gr;Zsír: 22,4 gr;Tzs:0,7 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:Szezámmag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk. Aláírás: