

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha

2017. augusztus 21 - 2017. augusztus 25.

34. hét/1-2-3

	Hétfő	Kedd	Szerda	csütörtök	Péntek
Tízórai óvoda	Párizsi krém f. kenyér paradicsom tea	Sajtos bagett tej	Körözött Magvas kenyér TV paprika ivólé	Virslis kifli tea	Tojásrántotta f. kenyér limonádé
Tíz órai iskola	-----	-----	-----	-----	-----
Ebéd	Májgombóclevés Bolognai spagetti Főtt kukorica	Reszelt tésztaleves Tökfőzelék Fokhagymás sertés sült f. kenyér őszibarack	Lebbencslevés Majorannás csirkecomb Sárgarépás rizs Uborkasaláta nektarin	Húslevés Vadas szelet Tészta Szilva Müzli szelet	Paradicsomlevés ABC tészta Pirított csirkemáj Főtt burgonya cékla
Uzsonna	s. májkrém barna kenyér TV paprika	Olasz fv. Magvas kenyér uborka	Turista fv. f. kenyér paradicsom	Ausztria fv. Hosszú zsemle uborka	Lekváros bukta

Dr. Orosz János
házi orvos

Szabó Józsefné
élelmezésvezető





























Az étlap változtatás jogát fenn tartjuk!

Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha**Étlap**

Óvoda

2017. augusztus 21 - 2017. augusztus 25.

34. hét/1

	Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Tízórai óvoda	Párizsik rém f. kenyér  paradicsom Tea Kcal:285,4;F:8,45; Zs:11,94;Szh:35,15 Só:0,52;Cuk:7	10g 60g 30g 2dl	Sajtos bagett   Tej 	56g 2,5dl	Körözött  Magvas kenyér  TV paprika ivólé Kcal:189,3;F:8,23 Zs:1,98;Szh:33,91 Só:0,45;	10g 60g 30g 2dl	Virslis kifli  Tea	60g 2dl	Tojásrántotta  f. kenyér  limonádé Kcal:369,7;F:14,21;Zs:10,36 Szh:38,19;Só:0,47;Cuk:7	20g 60g 2dl
Ebéd	Májgombóclevés  Bolognai spagetti  Főtt kukorica	2dl 150g 50g	Reszelt tésztaleves   Tökfőzelék  Fokhagymás sertés sült f. kenyér  őszibarack	2dl 150g 60g 60g 30g	Lebbencsleves   Majorannás csirkecomb Sárgarépas rizs Uborkasaláta nektarin Kcal:558,3;F:28,59 Zs:18,28;Szh:69,87 Só 2,62;Cuk:5	2dl 60g 200g 30g 30g	Húsleves Vadas szelet  Tészta  Szilva Müzli szelet	2dl 60g 160g 50g 50g	Paradicsomleves  ABC tészta  Pirított csirkemáj Főtt burgonya  cékla	2dl 8g 60g 200g 30g
Uzsonna	s. májkrém barna kenyér  TV paprika Kcal:170,4;F:4,8 Zs:4,46;Szh:26,79 Só:0,55	10g 60g 30g	Olasz fv. Magvas kenyér  uborka Kcal:199,7;F:7,57 Zs:4,66;Szh:26,6 Só:0,38	20g 60g 30g	Turista fv. f. kenyér  paradicsom Kcal:187,6;F:6,45;Zs:3,4 Szh:29,9;Só:0,5;Cuk:2	20g 50g 30g	Ausztria fv. Hosszú zsemle  uborka Kcal:185,4;F:5,07;Zs:7,06; Szh:10,44 Só:0,05	20g 56g 30g	Lekváros bukta  	70g
Összesen tápérték	Kcal:1053,89;F:33,22 Zs:34,5;Szh:150,32 Só:2,22;Cuk:25		Kcal:1199,2;F:42,12 Zs:49,44;Szh:138,53 Só:3,76;Cuk:14,6		Kcal:935,23F:43,27; Zs:23;Szh:133,88; Só 3,59;Cuk:7		Kcal:958,1;F:27,49Zs:29,78; Szh:129,96;Só:2,55;Cuk:17		Kcal:1003,55F:35,65;Zs:30,5 Szh:126,83;Só:2,4;Cuk:14	




















Dr. Orosz János
házi orvosKóródiné Iván Éva
óvodavezetőSzabó Józsefné
élelmezésvezető



Hejőbábai Mesevár Óvoda és Konyha**Étlap**

2017. augusztus 21- 2017. augusztus 25.

Felnőtt

34. hét/2

	Hétfő		Kedd		Szerda		csütörtök		Péntek	
Ebéd	Májgombócleves 	5dl	Reszelt tésztaleves   	5dl	Lebbencsleves   	5dl	Húsleves	5dl	Paradicsomleves ABC tészta  	5 dl 12g
	Bolognai spagetti  	270g 50g	Tökfőzelék   Fokhagymás sertés sült f. kenyér  őszibarack	270g 120g 80g 50g	Majorannás csirkecomb Sárgarépás rizs Uborkasaláta nektarin	120g 270g 50g 50g	Vadas szelet  Tészta   Szilva Müzli szelet 	120g 270g 50g 50g	Pirított csirkemáj Főtt burgonya  cékla	120g 270g 50g
Összesen tápérték	Kcal:953,59;F:30,95; Zs:42,4;Szh:134,5 Só:4,45;Cuk:25,37		Kcal:1183,4;F:40,14 Zs:51,2;Szh:143,48 Só:7,2;Cuk:10,25;		Kcal:996,5;F:50,24 Zs:34,6 Szh:123,88;Só:7,05;Cuk:9		Kcal:781,06;F:24,7;Zs:21,6; Szh:121;Só:5,26;Cuk:12,8		Kcal:921,7;F:32,7;Zs:38,2 Szh:127,4;Só:3,23;Cuk:23	

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







2017. augusztus 21- 2017. augusztus 25.

Nyári gyermekétkezés

34. hét/2

	Hétfő		Kedd		Szerda		csütörtök		Péntek	
Ebéd	Májgombócleves 	5dl	Reszelt tésztaleves   	5dl	Lebbencsleves   	5dl	Húsleves	5dl	Paradicsomleves ABC tészta  	5 dl 12g
	Bolognai spagetti  	270g 50g	Tökfőzelék   Fokhagymás sertés sült f. kenyér  őszibarack	270g 120g 80g 50g	Majorannás csirkecomb Sárgarépás rizs Uborkasaláta nektarin	120g 270g 50g 50g	Vadas szelet  Tészta   Szilva Müzli szelet 	120g 270g 50g 50g	Pirított csirkemáj Főtt burgonya  cékla	120g 270g 50g
Összesen tápérték	Kcal:953,59;F:30,95; Zs:42,4;Szh:134,5 Só:4,45;Cuk:25,37		Kcal:1183,4;F:40,14 Zs:51,2;Szh:143,48 Só:7,2;Cuk:10,25;		Kcal:996,5;F:50,24 Zs:34,6 Szh:123,88;Só:7,05;Cuk:9		Kcal:781,06;F:24,7;Zs:21,6; Szh:121;Só:5,26;Cuk:12,8		Kcal:921,7;F:32,7;Zs:38,2 Szh:127,4;Só:3,23;Cuk:23	

Dr. Orosz János
házi orvosKóródiné Iván Éva
óvodavezetőSzabó Józsefné
élelmezésvezető

 tojás  glutén  kn dioxid s szulfitok  laktóz  szezám-mag  szója