

Heti étlap: 2020.12.14. - 2020.12.18. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2020.12.14. hétfő	2020.12.15. kedd	2020.12.16. szerda	2020.12.17. csütörtök	2020.12.18. péntek	2020.12.19. szombat
Ebéd	Gulyásleves *1,3,9* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Grízes tészta *1,3* Sütőtök	Tarhonyaleves *1,9* Zöldbabfőzelék *1,7* Baromfi korong Kenyér teljeskiőrlésű *1*	sütőtök krémleves *7* Cigánypecsenye *1* Burgonyapüré *7* Párolt káposzta	Karalábéleves *1,3* Csirkepörkölt tejfölösen *1,7* Tésztaköret *1,3*	Bableves kolbásszal *1,3,7* Aranygaluska *1,7,8* Kenyér teljeskiőrlésű *1*	
	En: 2064 kj /491 kc; Feh: 57,2 gr; Szh:208gr;Cuk:36,4gr; Só:11,8 gr; Zsír:64gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Zeller	En: 1343 kj /320 kc; Feh: 16,9 gr; Szh: 105gr;Cuk:9,3gr; Só:4 gr; Zsír:10,7gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej, Zeller	En: 4971 kj /1184 kc; Feh: 55,1 gr; Szh: 166gr;Cuk:15,3gr; Só:12,2 gr; Zsír:61,3gr;Tzs:9,9gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	En: 2707 kj /645 kc; Feh: 52,5 gr; Szh:109gr;Cuk:2gr;Só:4,6 gr; Zsír:46,2gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 2574 kj /613 kc; Feh: 42 gr; Szh:174gr;Cuk:34gr;Só:3,9 gr; Zsír:55,9gr;Tzs:0,9gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Dió	
Tápérték össz.	En: 2064 kj /491 kc; Feh:57,2 gr;Szh:208gr;Cuk:36,4 gr;Só:11,8gr;Zsír:64 gr;Tzs:1,6 gr;Kalc:0 gr	En: 1343 kj /320 kc; Feh:16,9 gr;Szh:105gr;Cuk:9,3gr;Só:4gr;Zsír:10,7 gr;Tzs:0,6 gr;Kalc:0 gr	En: 4971 kj /1184 kc; Feh:55,1 gr;Szh:166gr;Cuk:15,3 gr;Só:12,2gr;Zsír:61,3 gr;Tzs:9,9 gr;Kalc:0 gr	En: 2707 kj /645 kc; Feh:52,5 gr;Szh:109gr;Cuk:2gr;Só:4,6gr;Zsír:46,2 gr;Tzs:0,3 gr;Kalc:0 gr	En: 2574 kj /613 kc; Feh:42 gr;Szh:174gr;Cuk:34gr;Só:3,9gr;Zsír:55,9 gr;Tzs:0,9 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:Szezámag; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás: