

Heti étlap: 2021.04.26. - 2021.04.30. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

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

	2021.04.26. hétfő	2021.04.27. kedd	2021.04.28. szerda	2021.04.29. csütörtök	2021.04.30. péntek	2021.05.01. szombat
Ebéd	Lebbencsleves *1,3* Alma Káposztás tészta *1,3*	kertészleves Rizses hús Csemege uborka	Zöldborsóleves *1,3* Zöldfűszeres bulgur *6,8,11* Tejfölös tokány *1,7*	Csontleves *1,3,9* Töltött csirkecomb *1,3* Burgonyapüré *7* Vegyes savanyúság	Káposztagyúvás *1* Kenyér teljeskiőrlésű *1* Tejbegríz *7*	
	<i>En: 3333 kj /794 kc; Feh: 28,7 gr; Szh:157gr;Cuk:21,9gr; Só:4,8 gr; Zsír:26,6gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás</i>	<i>En: 1364 kj /325 kc; Feh: 42,8 gr; Szh:158gr;Cuk:1,6gr; Só:30,6 gr; Zsír:39,1gr;Tzs:0,7gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2218 kj /528 kc; Feh: 44,9 gr; Szh:156gr;Cuk:5gr;Só:7,2 gr; Zsír:93,3gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Dió, Szezámag</i>	<i>En: 2860 kj /681 kc; Feh: 45,6 gr; Szh:116gr;Cuk:3,4gr; Só:11,9 gr; Zsír:28gr;Tzs:0,1gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	<i>En: 2040 kj /486 kc; Feh: 33,8 gr; Szh:153gr;Cuk:40,8gr; Só:6 gr; Zsír:29,3gr;Tzs:0,7gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
Tápérték össz.	<i>En: 3333 kj /794 kc; Feh:28,7 gr;Szh:157gr;Cuk:21,9 gr;Só:4,8gr;Zsír:26,6 gr;Tzs:0,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1364 kj /325 kc; Feh:42,8 gr;Szh:158gr;Cuk:1,6gr;Só:30,6gr;Zsír:39,1 gr;Tzs:0,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2218 kj /528 kc; Feh:44,9 gr;Szh:156gr;Cuk:5gr;Só:7,2gr;Zsír:93,3 gr;Tzs:0,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2860 kj /681 kc; Feh:45,6 gr;Szh:116gr;Cuk:3,4gr;Só:11,9gr;Zsír:28 gr;Tzs:0,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2040 kj /486 kc; Feh:33,8 gr;Szh:153gr;Cuk:40,8 gr;Só:6gr;Zsír:29,3 gr;Tzs:0,7 gr;Kalc:0 gr</i>	

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: