

**Heti étlap: 2021.08.16. - 2021.08.20. a / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év**

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

	2021.08.16. hétfő	2021.08.17. kedd	2021.08.18. szerda	2021.08.19. csütörtök	2021.08.20. péntek	2021.08.21. szombat
<b>Ebéd</b>	<b>Palócleves *1,3,7*</b> <b>Kenyér teljeskiőrlésű *1*</b> <b>Grízes tészta *1,3*</b>	<b>Gombaleves *1,3*</b> <b>Sárgaborsófőzelék *1,7*</b> <b>Sertéspörkölt *1*</b> <b>Kenyér teljeskiőrlésű *1*</b>	<b>Karalábéleves *1,3*</b> <b>Mustáros szelet *1,7,10*</b> <b>Párolt rizs kukoricával uborkasalátával *6*</b>	<b>Csontleves *1,3,9*</b> <b>Rakott zöldbab *1,7*</b> <b>Kenyér teljeskiőrlésű *1*</b>		
	<i>En: 1922 kj /458 kc; Feh: 36,9 gr; Szh:200gr;Cuk:34,5gr; Só:12,9 gr; Zsír:54,7gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 2366 kj /563 kc; Feh: 61,7 gr; Szh: 156gr;Cuk:5,4gr; Só:5,7 gr; Zsír:74gr;Tzs:0,7gr;Kalc:0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	<i>En: 1739 kj /414 kc; Feh: 58,7 gr; Szh: 162gr;Cuk:33,8gr; Só:7,7 gr; Zsír:74,2gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0 gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Mustár</i>	<i>En: 1763 kj /420 kc; Feh: 36,6 gr; Szh:103gr;Cuk:3,6gr; Só:4,2 gr; Zsír:42,7gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0 gr</i>  <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>		
<b>Tápanyagössz.</b>	<i>En: 1922 kj /458 kc; Feh:36,9 gr;Szh:200gr;Cuk:34,5 gr;Só:12,9gr;Zsír:54,7 gr;Tzs:1,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2366 kj /563 kc; Feh:61,7 gr;Szh:156gr;Cuk:5,4gr;Só:5,7gr;Zsír:74 gr;Tzs:0,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1739 kj /414 kc; Feh:58,7 gr;Szh:162gr;Cuk:33,8 gr;Só:7,7gr;Zsír:74,2 gr;Tzs:0,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1763 kj /420 kc; Feh:36,6 gr;Szh:103gr;Cuk:3,6gr;Só:4,2gr;Zsír:42,7 gr;Tzs:0,5 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:Szezám; 12:Szulfid; 13:Csillagfű; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás: