

Heti étlap: 2018.09.03. - 2018.09.07. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

CSÓLYOSPÁLOSI NYITNIKÉK ÓVODA, 6135 Csólyospálos, Móra F.u.11.

	2018.09.03. hétfő	2018.09.04. kedd	2018.09.05. szerda	2018.09.06. csütörtök	2018.09.07. péntek	2018.09.08. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Delma margarin light 20% TV-Paprika Félbarna kenyér	Forralt tej Vajkrém Paradicsom F tt kemény tojás Teljeskiörlésű kenyér	Gyümölcsstea Vaj 82%-os Méz Zsemle	Kakaós tej Felvágott /sajtos párizsi/ Korpás zsemle	Gyümölcsstea Hot-dog	
Ebéd	Burgonyaleves Túrós csusza Félbarna kenyér	Csontleves Sárgaborsó f zelék Sertéspörkölt Teljeskiörlésű kenyér	Gyümölcsleves Pulykahúsos rizottó Magvas kenyér	Zöldségleves Páztortarhonya lecsókolbásszal Cékla savanyúság Házi jelleg kenyér Fruppy Sárgarépa- alma-banán ital 1/2	Gulyásleves Tejbedara szibarack Parasztkenyér	
Uzsonna	Májkrém Rozskenyér	Felvágott /pulykamell sonka/ Delma margarin light 20% Korpás kenyér	Sertéspárizsi Delma margarin light 20% Kígyóuborka Magvas kenyér MIZO boci tej 2,8% 0,2l	Camping sajt (töml s) Házi jelleg kenyér Alma	Zala felvágott Delma margarin light 20% Parasztkenyér	
Tápérték össz.	En: 2306 kj /549 kc Fehérje: 19,5 gr Szh.: 77,8 gr Cuk:9,6gr Só:2,3 gr Zsír:16,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2782 kj /662 kc Fehérje: 43,2 gr Szh.: 52,1 gr Cuk:0gr Só:3 gr Zsír:29,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2245 kj /535 kc Fehérje: 18,3 gr Szh.: 70,8 gr Cuk:17,1gr Só:1 gr Zsír:14,7 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2506 kj /597 kc Fehérje: 23,7 gr Szh.: 68,2 gr Cuk:7gr Só:3,3 gr Zsír:23,4 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3188 kj /759 kc Fehérje: 30,3 gr Szh.: 81,9 gr Cuk:14,1gr Só:4,1 gr Zsír:32,5 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Szezám-mag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.09.10. - 2018.09.18. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

CSÓLYOSPÁLOSI NYITNIKÉK ÓVODA, 6135 Csályospálos, Móra F.u.11.

	2018.09.10. hétfő	2018.09.11. kedd	2018.09.12. szerda	2018.09.13. csütörtök	2018.09.14. péntek	2018.09.15. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Szendvics	Kakaós tej Kakaós foszlós kalács	Gyümölcsstea Vaj 82%-os Trappista sajt Kukoricás kenyér	Forralt tej Briós (teljes ki rlés)	Gyümölcsstea Mogyorókrém Kifli (tejes v. sós)	
Ebéd	Frankfurti leves Szilvágombóc Körte Rozskenyér	Csirkeragu leves Zöldborsóf zelék Párolt hús Dörmi szelet Korpás kenyér	Paradicsomleves Rántott hal Tavaszi rizs Kukoricás kenyér	Rizsleves F. Paprikás burgonya hússal Csemege uborka Magvas kenyér	Lebbencsleves Csikóstokány Tésztaköret Félbarna kenyér	
Uzsonna	Vajkrém Rozskenyér MIZO boci tej 2,8% 0,2l	Felvágott /Csirkemell sonka) Delma margarin light 20% Kígyóuborka Korpás kenyér	Meggyes-vaniliás bukta (telj. Ki rli.) Almalé v. szilé v. narancslé 0,2l	Camping sajt (töml s) TV-Paprika Magvas kenyér	Baromfi párizsi Delma margarin light 20% Félbarna kenyér Sárgarépa MIZO boci tej 2,8% 0,2l	
Tápérték össz.	En: 3636 kj /866 kc Fehérje: 33,2 gr Szh.: 154,5 gr Cuk:19,3gr Só:4,3 gr Zsír:31,4 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 2640 kj /629 kc Fehérje: 34,3 gr Szh.: 52,9 gr Cuk:12gr Só:2,5 gr Zsír:27,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2175 kj /518 kc Fehérje: 20,7 gr Szh.: 66,6 gr Cuk:14,1gr Só:1,8 gr Zsír:24,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2209 kj /526 kc Fehérje: 22,4 gr Szh.: 62,4 gr Cuk:0gr Só:2 gr Zsír:17,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2350 kj /559 kc Fehérje: 23,3 gr Szh.: 66,3 gr Cuk:7,1gr Só:2,8 gr Zsír:21,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.09.17. - 2018.09.26. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

CSÓLYOSPÁLOSI NYITNIKÉK ÓVODA, 6135 Csolyospálos, Móra F.u.11.

	2018.09.17. hétfő	2018.09.18. kedd	2018.09.19. szerda	2018.09.20. csütörtök	2018.09.21. péntek	2018.09.22. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Szendvicskrém Korpás kenyér	Forralt tej Vaj 82%-os Barackíz Kukoricás kenyér	Gyümölcsstea Ízeslevél (meggy. v. alm. V. Lekv.)	Kakaós tej Zala felvágott Delma margarin light 20% F tt kemény tojás Házi jelleg kenyér	Gyümölcsstea Felvágott /Csirkemell sonka) Delma margarin light 20% Teljeskiörlésű kenyér	
Ebéd	Zöldbaleves Túrógombóc fahéjas öntettel Szilva Korpás kenyér	Húsgombóclevés Bolognai spagetti Müzli szelet Kukoricás kenyér	Zöldborsólevés Natúr pulykamell Párolt káposzta (1/2) Törött burgonya (1/2) Fruppy Sárgarépa- alma-banán ital 1/2 Félbarna kenyér	Pulykaragu leves Finomf zelék Párolt hús Piskóta tekercs Házi jelleg kenyér	Babgulyás Diós metélt Alma Teljeskiörlésű kenyér	
Uzsonna	Sertéspárizsi Delma margarin light 20% Zsemle	Delma margarin light 20% Szezámagos nagy kifli Karálabé	Camping sajt (töml s) Félbarna kenyér	Vajkrém Paradicsom Korpás zsemle	Pogácsa (sajtos v. tepert s) Túrórudi	
Tápérték össz.	En: 2881 kj /686 kc Fehérje: 33,2 gr Szh.: 65,6 gr Cuk:19,1gr Só:2,1 gr Zsír:32 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2807 kj /668 kc Fehérje: 30,4 gr Szh.: 68,9 gr Cuk:2gr Só:3,9 gr Zsír:28,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2638 kj /628 kc Fehérje: 23,3 gr Szh.: 48 gr Cuk:7,6gr Só:3,1 gr Zsír:20,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3705 kj /882 kc Fehérje: 45,4 gr Szh.: 51,2 gr Cuk:12gr Só:3 gr Zsír:40,9 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2874 kj /684 kc Fehérje: 24,8 gr Szh.: 89,7 gr Cuk:22,1gr Só:1,4 gr Zsír:24,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Dió, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2018.09.24. - 2018.10.04. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

CSÓLYOSPÁLOSI NYITNIKÉK ÓVODA, 6135 Csólyospálos, Móra F.u.11.

	2018.09.24. hétfő	2018.09.25. kedd	2018.09.26. szerda	2018.09.27. csütörtök	2018.09.28. péntek	2018.09.29. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Olasz felvágott Delma margarin light 20% Paradicsom Magvas kenyér	Kakaós tej Vaj 82%-os TV-Paprika Korpás zsemle	Gyümölcsstea Kakaós csiga (teljes ki rlés)	Forralt tej Felvágott /sajtos párizsi/ Delma margarin light 20% Rozskenyér F tt kemény tojás	Gyümölcsstea Zala felvágott Delma margarin light 20% Korpás kenyér	
Ebéd	Tarhonyaleves Rántott hal Kukoricás rizs szibarack bef tt Magvas kenyér	Tyúkhúsleves Burgonyaf zelék Fasírt kocka Kukoricás kenyér	Meggyleves Csirkepörkölt Tarhonya köret Teljeskiörlésű kenyér	Karfiolleves Hagymás rostélyos Burgonyapüré Rozskenyér	Krémleves Rizses hús Korpás kenyér	
Uzsonna	Baconos kifli Actimel ivójoghurt	Felvágott /pulykamell sonka/ Delma margarin light 20% Kukoricás kenyér	Vajkrém Kígyóuborka Teljeskiörlésű kenyér MIZO boci tej 2,8% 0,2l	Camping sajt (töml s) Szezámagos zsemle Alma	Korpás kifli Eper lekvár (mini)	
Tápérték össz.	En: 1977 kj /471 kc Fehérje: 21,7 gr Szh.: 64,4 gr Cuk:7,1gr Só:2 gr Zsír:20,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2813 kj /670 kc Fehérje: 38 gr Szh.: 63,3 gr Cuk:7gr Só:3,1 gr Zsír:26,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2624 kj /625 kc Fehérje: 31,9 gr Szh.: 76,7 gr Cuk:14,1gr Só:2,2 gr Zsír:19,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3472 kj /827 kc Fehérje: 43,1 gr Szh.: 60,4 gr Cuk:0gr Só:3 gr Zsír:42,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2396 kj /571 kc Fehérje: 21 gr Szh.: 76,9 gr Cuk:7,1gr Só:2,9 gr Zsír:18,5 gr Tzs:0,1 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás