

Heti étlap: 2019.04.29. - 2019.05.08. B-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2019.04.29. hétfő	2019.04.30. kedd	2019.05.01. szerda	2019.05.02. csütörtök	2019.05.03. péntek	2019.05.04. szombat
Tízórai				Gyümölcsstea Vajkrém TV-Paprika Házi jelleg kenyér	Forralt tej Delma margarin light 20% Baromfi párizsi Kígyóuborka Félbarna kenyér	
Ebéd				Zöldségleves Sertéspörkölt Tésztaköret Házi jelleg kenyér	Zöldbableves Rizses hús Félbarna kenyér	
Uzsonna				Kifli (tejes v. sós) Medve kockasajt	Sós v. sajtos rúd Túrórudi	
Tápérték össz.				En: 2060 kj /491 kc Fehérje: 22,2 gr Szh.: 63,3 gr Cuk:7,1gr Só:2,7 gr Zsír:15,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2515 kj /599 kc Fehérje: 26,9 gr Szh.: 71,3 gr Cuk:0gr Só:2,5 gr Zsír:21,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.				Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2019.05.06. - 2019.05.16. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2019.05.06. hétfő	2019.05.07. kedd	2019.05.08. szerda	2019.05.09. csütörtök	2019.05.10. péntek	2019.05.11. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Zala felvágott Delma margarin light 20% Korpás kenyér	Kakaós tej Vaj 82%-os Retek Rozskenyér	Gyümölcsstea Kakaós csiga (teljes ki rlés)	Gyümölcsstea Delma margarin light 20% Trappista sajt Házi jelleg kenyér	Forralt tej Mogyorókrém Kifli (tejes v. sós)	
Ebéd	Húsgombóclevés Grízes tészta Banán Korpás kenyér	Csirkeragu leves Rántott hal Majonézes kukoricasaláta 1/2 Törött burgonya (1/2) Rozskenyér	Tésztaleves Zúzapörkölt Tarhonya köret Csemege uborka Parasztkenyér	Húsleves Karatbék zelék Párolt hús Piskóta tekercs Házi jelleg kenyér	Krémleves Pulykahúsos rizottó Fruppy Sárgarépa- alma-banán ital 1/2 Félbarna kenyér	
Uzsonna	Camping sajt (töml s) Kígyóuborka Zsemle	Olasz felvágott Delma margarin light 20% Korpás zsemle	Vajkrém Paradicsom Parasztkenyér	Sertéspárizsi Delma margarin light 20% Szezámagos zsemle	Croissan /magvas- virslis/ Túrórudi	
Tápérték össz.	En: 1789 kj /426 kc Fehérje: 11,4 gr Szh.: 79,8 gr Cuk:17,1gr Só:1,4 gr Zsír:6,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2907 kj /692 kc Fehérje: 35,3 gr Szh.: 55,1 gr Cuk:8gr Só:1,8 gr Zsír:35,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1888 kj /450 kc Fehérje: 23,5 gr Szh.: 66,9 gr Cuk:7,1gr Só:3,2 gr Zsír:14,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1896 kj /451 kc Fehérje: 25,7 gr Szh.: 36,5 gr Cuk:12,1gr Só:2,5 gr Zsír:21,2 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2625 kj /625 kc Fehérje: 26,8 gr Szh.: 69,2 gr Cuk:0,1gr Só:2,4 gr Zsír:24,9 gr Tzs:0,1 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2019.05.13. - 2019.05.23. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2019.05.13. hétf	2019.05.14. kedd	2019.05.15. szerda	2019.05.16. csütörtök	2019.05.17. péntek	2019.05.18. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Szendvics	Forralt tej Delma margarin light 20% Baromfi párizsi Házi jelleg kenyér	Gyümölcsstea Vajkrém TV-Paprika Teljeskiörlésű kenyér	Gyümölcsstea Kárpátia száraz felvágott Delma margarin light 20% Félbarna kenyér	Kakaós tej Ken májas TV-Paprika Parasztkenyér	
Ebéd	Sárgaborsóleves tarjával Ízes nudli Banán Félbarna kenyér	Sertésragu leves Burgonyaf zelék Fasírt Házi jelleg kenyér	Gyümölcsleves Rántott sertésszelet Párolt zöldség (1/2) Törött burgonya (1/2) Teljeskiörlésű kenyér	Lebbencsleves Gombás pulykaragu Párolt barnarizs Félbarna kenyér	Pulykaragu leves Sajtos metélt Parasztkenyér	
Uzsonna	Delma margarin light 20% Szezámagos nagy kifli Actimel ivójoghurt	Meggyes-vaniliás bukta (telj. Ki rl.) Alma	Kifli (tejes v. sós) Eper lekvár (mini)	Camping sajt (töml s) Paradicsom Korpás zsemle	Baconos kifli Almalé v. szilé v. narancslé 0,2l	
Tápérték össz.	En: 3959 kj /943 kc Fehérje: 37 gr Szh.: 145,2 gr Cuk:17,3gr Só:3,5 gr Zsír:27,9 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0 gr	En: 3859 kj /919 kc Fehérje: 39 gr Szh.: 67,6 gr Cuk:0gr Só:3,4 gr Zsír:45,6 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2669 kj /635 kc Fehérje: 22,3 gr Szh.: 74,2 gr Cuk:17,1gr Só:2,5 gr Zsír:27,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1743 kj /415 kc Fehérje: 20,7 gr Szh.: 69,1 gr Cuk:7,1gr Só:3 gr Zsír:23,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2987 kj /711 kc Fehérje: 31,1 gr Szh.: 73,3 gr Cuk:7gr Só:1,9 gr Zsír:31 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2019.05.20. - 2019.05.24. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2019.05.20. hétfő	2019.05.21. kedd	2019.05.22. szerda	2019.05.23. csütörtök	2019.05.24. péntek	2019.05.25. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Felvágott /sajtos párizsi/ Delma margarin light 20% Rozskenyér	Kakaós tej Vajkrém Paradicsom Korpás kenyér	Gyümölcsstea Túrós batyu (telj. Ki rlés)	Gyümölcsstea Sertéspárizsi Delma margarin light 20% Teljeskiörlésű kenyér	Gyümölcsstea Hot-dog	
Ebéd	Burgonyaleves Rántott hal Rizibizi szibarack bef tt Fruppy Sárgarépa- alma-banán ital 1/2 Rozskenyér	Daragaluska-leves Paradicsommártás (1/2) F tt hús Törött burgonya (1/2) Korpás kenyér	Meggyleves Csirkepörkölt Tésztaköret Parasztkenyér	Zöldborsóleves Hagymás rostélyos Burgonyapüré Teljeskiörlésű kenyér	Babgulyás Tejbedara Banán Házi jelleg kenyér	
Uzsonna	Búrkifli (diós v. mákos) Alma	Felvágott /Csirkemell sonka) Delma margarin light 20% Zsemle	Camping sajt (töml s) Kígyóuborka Parasztkenyér	Vaj 82%-os Paradicsom Szezámagos zsemle MIZO boci tej 2,8% 0,2l	Felvágott /pulykamell sonka/ Delma margarin light 20% Házi jelleg kenyér	
Tápérték össz.	En: 3544 kj /844 kc Fehérje: 22,7 gr Szh.: 66,8 gr Cuk:7,1gr Só:2 gr Zsír:25,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2376 kj /566 kc Fehérje: 30,2 gr Szh.: 55,8 gr Cuk:9gr Só:3,2 gr Zsír:22,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2765 kj /658 kc Fehérje: 31,7 gr Szh.: 76,4 gr Cuk:14,1gr Só:1,7 gr Zsír:24 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3210 kj /764 kc Fehérje: 24,5 gr Szh.: 64,8 gr Cuk:7,1gr Só:3,1 gr Zsír:26,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3352 kj /798 kc Fehérje: 33,3 gr Szh.: 89,3 gr Cuk:14,1gr Só:4,1 gr Zsír:32,4 gr Tzs:0,4 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tojás, Hal, Tej, Dió, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámmag	Glutén, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás

Heti étlap: 2019.05.27. - 2019.06.02. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2019.05.27. hétfő	2019.05.28. kedd	2019.05.29. szerda	2019.05.30. csütörtök	2019.05.31. péntek	2019.06.01. szombat
Tízórai	Gyümölcsstea Májkrem Parasztkenyér	Kakaós tej Vajkrem Paradicsom Rozskenyér	Gyümölcsstea Delma margarin light 20% Barackíz Házi jelleg kenyér	Gyümölcsstea Sertéspárizsi Delma margarin light 20% Korpás kenyér	Forralt tej Gabonapehely	
Ebéd	Frankfurti leves Egérke Parasztkenyér	Csontleves Bolognai spagetti Paula puding Rozskenyér	Tarhonyaleves Natúr pulykamell Párolt zöldség (1/2) Törött burgonya (1/2) Házi jelleg kenyér	Rizsleves F. Sárgaborsó f zelék Sertéspörkölt Kókuszkočka Korpás kenyér	Gombaleves Csikóstokány Tésztaköret Félbarna kenyér	
Uzsonna	Pogácsa (sajtos v. tepert s) Almalé v. szilé v. narancslé 0,2l	Zala felvágott Delma margarin light 20% Zsemle	Kárpátia száraz felvágott Delma margarin light 20% Korpás zsemle Karalábé	Vaj 82%-os Szezámagos nagy kifli Alma	Felvágott /pulykamell sonka/ Delma margarin light 20% Teljes ki rlés zsemle v. kifli Túrórudi	
Tápérték össz.	En: 3278 kj /780 kc Fehérje: 18,6 gr Szh.: 64,8 gr Cuk:13,1gr Só:2,1 gr Zsír:47,8 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 2892 kj /689 kc Fehérje: 31,1 gr Szh.: 76,9 gr Cuk:9gr Só:3,9 gr Zsír:27,1 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1760 kj /419 kc Fehérje: 21,8 gr Szh.: 46,4 gr Cuk:7,1gr Só:3,1 gr Zsír:16 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 1698 kj /404 kc Fehérje: 22,4 gr Szh.: 50,9 gr Cuk:7,1gr Só:3 gr Zsír:11,3 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	En: 3130 kj /745 kc Fehérje: 30,5 gr Szh.: 71,7 gr Cuk:0gr Só:2,8 gr Zsír:35,5 gr Tzs:0 gr Kalc:0 gr	
Allergén össze- tev k össz.	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Glutén, Tej, Zeller, Szezámag	Glutén, Tojás, Tej, Zeller	

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....
Aláírás