

Heti étlap: 2025. 07. 01. - 2025. 07. 04. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

Csölyospálosi Nyitnikék Óvoda és Mini Bölcsőde, 6135 Csölyospálos, Móra Ferenc utca 11.

	2025. 07. 01. kedd	2025. 07. 02. szerda	2025. 07. 03. csütörtök	2025. 07. 04. péntek	2025. 07. 05. szombat	2025. 07. 06. vasárnap
R e g g e l i	Kakaós tej *7*, Croissant (ízes) 50 gr *1,3,7* En: 121 kJ /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsír:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	Forralt tej *7*, Májkrem (sertés), TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* En: 68 kJ /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsír:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Forralt tej *7*, Gabonapehely (kakaós) En: 68 kJ /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsír:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Tej	Kakaós tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Főtt kemény tojás *3*, Félbarna kenyér *1* En: 157 kJ /37 kc; Feh:8,9gr Szh:2gr;Cuk:11,5gr;Só:0,1gr Zsír:6,4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej		
T í z ó r a i	Banán En: 0 kJ /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Őszibarack En: 0 kJ /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Körte En: 0 kJ /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Alma En: 0 kJ /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr		
E b b é d	Tavaszi leves *1,3,9*, Rántott halrúd *4*, Párolt rizs *9*, Félbarna kenyér *1* En: 710 kJ /169 kc; Feh:11,5gr Szh:46gr;Cuk:2,1gr;Só:1,4gr Zsír:8,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Hal, Zeller	Kertészleves *9*, Finomfőzelék *7,9*, Párolt hús *9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Kukoricás kenyér *1* En: 459 kJ /109 kc; Feh:15,6gr Szh:30gr;Cuk:11,1gr;Só:1,4gr Zsír:12,3gr;Tzs:2gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Zeller	Rizsleves F. *9*, Natúr pulykamell *1,9*, Burgonyapüré *7,9*, Házi jellegű búzakenyér *1* En: 344 kJ /82 kc; Feh:15,7gr Szh:40gr;Cuk:2,4gr;Só:1,8gr Zsír:14,1gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Zeller	Palóclevés *9*, Mákos metélt *1,3*, Félbarna kenyér *1* En: 727 kJ /173 kc; Feh:13,3gr Szh:34gr;Cuk:10,9gr;Só:0,5gr Zsír:11,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller		
U z s o n n a	Gyermektea, Liga margarin *7*, Paradicsom, Félbarna kenyér *1* En: 9 kJ /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Baromfi párizsi (KOPÉ), Liga margarin *7*, Kukoricás kenyér *1* En: 9 kJ /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Kifli (tejes v. sós) *1*, Medve kockasajt *7*, Sárgarépa En: 9 kJ /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Felvágott /pulykamell sonka/, Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Félbarna kenyér *1* En: 9 kJ /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej		
	En: 840 kJ /200 kc; Feh:17,2 gr;Szh:48gr;Cuk:15gr;Só:1,6gr;Zsír:12,7 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:0 gr	En: 535 kJ /127 kc; Feh:20 gr;Szh:31gr;Cuk:20,3gr;Só:1,5gr;Zsír:15,3 gr;Tzs:3,9 gr;Kalc:0 gr	En: 421 kJ /100 kc; Feh:20,1 gr;Szh:42gr;Cuk:11,6gr;Só:1,9gr;Zsír:17,2 gr;Tzs:4 gr;Kalc:0 gr	En: 892 kJ /212 kc; Feh:22,2 gr;Szh:35gr;Cuk:23,9gr;Só:0,7gr;Zsír:18,2 gr;Tzs:2,4 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:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: