

Heti étlap: 2025. 07. 07. - 2025. 07. 11. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2025. 07. 07. hétfő	2025. 07. 08. kedd	2025. 07. 09. szerda	2025. 07. 10. csütörtök	2025. 07. 11. péntek	2025. 07. 12. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Hot-dog *1* En: 600 kj /143 kc; Feh:15,6gr Szh:19gr;Cuk:9,1gr;Só:2gr Zsir:13,1gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Kakaós tej *7*, Liga margarin *7*, Baromfi párizsi (KOPÉ), Paradicsom En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Tej	Forralt tej *7*, Búrkifli v. ökörszem (ízesített) *1,3,7,8* En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Dió	Kakaós tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Paradicsom, Császárszemle 50 gr *1,11* En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Forralt tej *7*, Szendvics *1,3,7* En: 939 kj /224 kc; Feh:15,3gr Szh:30gr;Cuk:8,8gr;Só:1,3gr Zsir:11gr;Tzs:3,7gr;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 Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Őszibarack En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Alma En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Körte En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Alma En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	
E b é d	Csirkeragu leves *1,3,9*, Ízes nudli *1,3*, Kukoricás kenyér *1* En: 426 kj /101 kc; Feh:6,9gr Szh:16gr;Cuk:4,1gr;Só:0,9gr Zsir:3,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller	Meggyleves *7*, Rizses hús *9*, Házi jellegű búzakenyér *1* En: 443 kj /105 kc; Feh:13,2gr Szh:45gr;Cuk:4gr;Só:0,6gr Zsir:6,9gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Zeller	Csontleves *1,3,9*, Fasírt kocka *1,3,9*, Burgonyapüré *7,9*, Félbarna kenyér *1* En: 433 kj /103 kc; Feh:17gr Szh:38gr;Cuk:2,7gr;Só:2gr Zsir:12gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tarhonyaleves *1,3,9*, Tavaszi pulykaragu *7*, Pirított bulgur *9*, Kukoricás kenyér *1* En: 391 kj /93 kc; Feh:15,9gr Szh:43gr;Cuk:1,4gr;Só:1,3gr Zsir:9,1gr;Tzs:0,9gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Májgombóclevés *1,3,9*, Túrógombóc fahéjas öntettel *1,3,7*, Félbarna kenyér *1* En: 915 kj /218 kc; Feh:24,2gr Szh:31gr;Cuk:10,6gr;Só:1,1gr Zsir:19,8gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
U z s o n n a	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, Paradicsom, Kukoricás kenyér *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7*, Túrórudi (ízes) *7* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Sajtkrém (tejszínes- téliszalámis) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Félbarna kenyér *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Kárpátia száraz felvágott, Liga margarin *7*, Kukoricás kenyér *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Pogácsa (sajtos v. tepertős) 70 gr *1,7*, Sárgarépa En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	
	En: 1034 kj /246 kc; Feh:22,6 gr;Szh:35gr;Cuk:14,7gr;Só:2,9gr;Zsir:17,1 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:0 gr	En: 572 kj /136 kc; Feh:18,9 gr;Szh:47gr;Cuk:16,9gr;Só:0,8gr;Zsir:10,9 gr;Tzs:3,9 gr;Kalc:0 gr	En: 510 kj /121 kc; Feh:21,4 gr;Szh:39gr;Cuk:11,9gr;Só:2,1gr;Zsir:15,1 gr;Tzs:4 gr;Kalc:0 gr	En: 521 kj /124 kc; Feh:21,6 gr;Szh:45gr;Cuk:14,3gr;Só:1,5gr;Zsir:13,1 gr;Tzs:3,3 gr;Kalc:0 gr	En: 1862 kj /443 kc; Feh:39,5 gr;Szh:61gr;Cuk:21gr;Só:2,4gr;Zsir:30,7 gr;Tzs:5,9 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:Szulfitok; 13:Csilagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: