

Heti étlap: 2025. 07. 28. - 2025. 08. 01. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2025. 07. 28. hétfő	2025. 07. 29. kedd	2025. 07. 30. szerda	2025. 07. 31. csütörtök	2025. 08. 01. péntek	2025. 08. 02. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Szendvics *1,3,7* En: 939 kj /224 kc; Feh:15,3gr Szh:30gr;Cuk:8,8gr;Só:1,3gr Zsír:11gr;Tzs:3,7gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	Kakaós tej *7*, Finom fonott kalács *1,3,6,7* 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, Szójabab, Tej	Forralt tej *7*, Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Házi jellegű búzakenyér *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*, Liga margarin *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	Alma 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	Őszibarack 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	
E b é d	Zöldborsóleves "F" *1,3,9*, Pásztortarhonya virslivel *1,3,9*, Uborkasaláta, Kukoricás kenyér *1* En: 725 kj /173 kc; Feh:12gr Szh:35gr;Cuk:6,8gr;Só:2,1gr Zsír:10,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller	Gyümölcsleves *7*, Csikóstokány *1,7,9*, Tésztaköret *1,3*, Félbarna kenyér *1* En: 1085 kj /258 kc; Feh:15,9gr Szh:49gr;Cuk:9,2gr;Só:0,9gr Zsír:12,7gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Zöldségleves *1,3,9*, Párolt hús *9*, Párolt zöldség (1/2) *7,9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Házi jellegű búzakenyér *1* En: 287 kj /68 kc; Feh:11gr Szh:23gr;Cuk:2,1gr;Só:1,4gr Zsír:6,7gr;Tzs:1,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tésztaleves *1,3,9*, Rántott sajt *1,3,7*, Párolt rizs *9*, Almabefőtt, Kukoricás kenyér *1* En: 946 kj /225 kc; Feh:10,4gr Szh:51gr;Cuk:2,1gr;Só:1,4gr Zsír:20,8gr;Tzs:2,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Palóclevés *9*, Szilvásgombóc *1*, Félbarna kenyér *1* En: 1008 kj /240 kc; Feh:12,1gr Szh:40gr;Cuk:11,6gr;Só:1gr Zsír:9,1gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0gr Glutén, Zeller	
U z s o n n a	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), 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, Sajtkrém (tejszínes- téliszalámis) *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, Kifli (tejes v. sós) *1*, Medve kockasajt *7* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Vaj 82%-os *7*, Paradicsom, 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, Májkrém (sertés), TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Szendvics zsemle 50 g- 55g *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén	
	En: 1672 kj /398 kc; Feh:27,3 gr;Szh:65gr;Cuk:17,1gr;Só:3,4gr;Zsír:21,3 gr;Tzs:3,7 gr;Kalc:0 gr	En: 1214 kj /289 kc; Feh:21,6 gr;Szh:50gr;Cuk:22,1gr;Só:1,1gr;Zsír:16,7 gr;Tzs:4,9 gr;Kalc:0 gr	En: 364 kj /87 kc; Feh:15,4 gr;Szh:24gr;Cuk:11,3gr;Só:1,5gr;Zsír:9,8 gr;Tzs:3 gr;Kalc:0 gr	En: 1023 kj /244 kc; Feh:14,8 gr;Szh:52gr;Cuk:11,3gr;Só:1,5gr;Zsír:23,9 gr;Tzs:4,7 gr;Kalc:0 gr	En: 1174 kj /279 kc; Feh:21 gr;Szh:42gr;Cuk:24,5gr;Só:1,1gr;Zsír:15,5 gr;Tzs:2,6 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: