

Heti étlap: 2025. 07. 07. - 2025. 07. 11. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 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
T íz ó r a i	Gyümölcsstea Hot-dog *1* <i>En: 910 kj /217 kc; Feh:18,7gr Szh:30gr;Cuk:7,4gr;Só:3,1gr Zsir:16,8gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén</i>	Kakaós tej *7* Liga margarin *7* Baromfi párizsi (KOPÉ) Paradicsom Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* <i>En: 157 kj /37 kc; Feh:8,1gr Szh:2gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2gr Zsir:5,7gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Gyümölcsstea Búrkifli v. ökörszem (ízesített) *1,3,7,8* <i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Dió</i>	Kakaós tej *7* Vaj 82%-os *7* Paradicsom Császárszemle 50 gr *1,11* <i>En: 157 kj /37 kc; Feh:8,1gr Szh:2gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2gr Zsir:5,7gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej, Szezámag</i>	Gyümölcsstea Szendvics *1,3,7* <i>En: 1684 kj /401 kc; Feh:20gr Szh:58gr;Cuk:7,2gr;Só:2,2gr Zsir:13,4gr;Tzs:3,1gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	
E b é d	Csirkeragu leves *1,3,9* Ízes nudli *1,3* Banán Kukoricás kenyér *1* <i>En: 1501 kj /357 kc; Feh:15,9gr Szh:57gr;Cuk:10,7gr;Só:2,4gr Zsir:13,1gr;Tzs:0,2gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Zeller</i>	Meggyleves *7* Rizses hús *9* Házi jellegű búzakenyér *1* <i>En: 632 kj /151 kc; Feh:18,8gr Szh:64gr;Cuk:5,8gr;Só:1,5gr Zsir:9,9gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej, Zeller</i>	Csontleves *1,3,9* Fasírt *1,3,9* Burgonyapüré *7,9* Félbarna kenyér *1* <i>En: 993 kj /237 kc; Feh:25,4gr Szh:60gr;Cuk:3,8gr;Só:3gr Zsir:34,5gr;Tzs:2,7gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	Tarhonyaleves *1,3,9* Tavaszi pulykaragu *1,7* Pirított bulgur *9* Kukoricás kenyér *1* <i>En: 559 kj /133 kc; Feh:22,7gr Szh:62gr;Cuk:1,9gr;Só:2,8gr Zsir:12,9gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	Málgombóclevés *1,3,9* Túrógombóc fahéjas öntettel *1,3,7* Félbarna kenyér *1* <i>En: 1307 kj /311 kc; Feh:34,5gr Szh:45gr;Cuk:15,2gr;Só:1,7gr Zsir:28,3gr;Tzs:3,2gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	
U z s o n n a	Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* Paradicsom Kukoricás kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7* Túrórudi (ízes) *7* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Sajtkrém (tejszínes-téliszalámis) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Félbarna kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Kárpátia száraz felvágott Liga margarin *7* Kukoricás kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Pogácsa (sajtos v. tepertős) 70 gr *1,7* Alma <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
	<i>En: 2411 kj /574 kc; Feh:34,6 gr;Szh:87gr;Cuk:18,2gr;Só:5,5gr;Zsir:29,8 gr;Tzs:1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 789 kj /188 kc; Feh:26,9 gr;Szh:67gr;Cuk:21,3gr;Só:1,7gr;Zsir:15,6 gr;Tzs:5,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1017 kj /242 kc; Feh:25,5 gr;Szh:60gr;Cuk:8,9gr;Só:3gr;Zsir:34,5 gr;Tzs:2,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 716 kj /170 kc; Feh:30,8 gr;Szh:64gr;Cuk:17,4gr;Só:3gr;Zsir:18,6 gr;Tzs:4,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 2991 kj /712 kc; Feh:54,5 gr;Szh:102gr;Cuk:22,4gr;Só:3,9gr;Zsir:41,7 gr;Tzs:6,3 gr;Kalc:0 gr</i>	

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:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: