

Heti étlap: 2025. 07. 14. - 2025. 07. 18. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 07. 14. hétfő	2025. 07. 15. kedd	2025. 07. 16. szerda	2025. 07. 17. csütörtök	2025. 07. 18. péntek	2025. 07. 19. szombat
T íz ó r a i	Gyümölcsstea Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Kakaós tej *7* Kakaós foszlós kalács *1* En: 157 kj /37 kc; Feh:8,1gr Szh:2gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2gr Zsir:5,7gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyümölcsstea Liga margarin *7* Trappista sajt *7* Félbarna kenyér *1* En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Forralt tej *7* Gabonapehely (kakaós) En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsir:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr Tej	Gyümölcsstea Bundás kenyér *1,3* En: 804 kj /191 kc; Feh:17,5gr Szh:23gr;Cuk:5,4gr;Só:0,7gr Zsir:25,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás	
E b b é d	Lebbencsleves *1,3,9* Pulykahúsos rizottó *9* Őszibarack befőtt Házi jellegű búzakenyér *1* En: 485 kj /115 kc; Feh:18,3gr Szh:48gr;Cuk:2,8gr;Só:2gr Zsir:10,4gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller	Karalábé leves F. *1,3,9* Burgonyafőzelék *7,9* Sült debreceni kolbász Kukoricás kenyér *1* En: 605 kj /144 kc; Feh:14gr Szh:43gr;Cuk:3gr;Só:3,1gr Zsir:28,2gr;Tzs:5gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Zöldségleves *1,3,9* Bolognai spagetti *1,3,7,9* Félbarna kenyér *1* En: 1316 kj /313 kc; Feh:22,1gr Szh:49gr;Cuk:9gr;Só:3gr Zsir:16,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tésztaleves *1,3,9* Sült csirkecomb *9* Párolt barnarizs *9* Házi jellegű búzakenyér *1* En: 684 kj /163 kc; Feh:28,3gr Szh:59gr;Cuk:2,4gr;Só:3,7gr Zsir:21,6gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller	Gulyásleves *1,3,9,10,11* Kakaós palacsinta *1,3,7* Őszibarack Félbarna kenyér *1* En: 829 kj /197 kc; Feh:13,6gr Szh:32gr;Cuk:27,3gr;Só:0,6gr Zsir:14,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n n a	Májkrem (sertés) Házi jellegű búzakenyér *1* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén	Baromfi párizsi (KOPÉ) Liga margarin *7* Paradicsom Kukoricás kenyér *1* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Kifli (tejes v. sós) *1* Medve kockasajt *7* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Vaj 82%-os *7* Paradicsom Házi jellegű búzakenyér *1* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Kárpátia száraz felvágott Liga margarin *7* Félbarna kenyér *1* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	
	En: 509 kj /121 kc; Feh:18,3 gr;Szh:48gr;Cuk:7,8gr;Só:2gr;Zsir:10,4 gr;Tzs:0,5 gr;Kalc:0 gr	En: 761 kj /181 kc; Feh:22,1 gr;Szh:45gr;Cuk:18,5gr;Só:3,3gr;Zsir:3 3,8 gr;Tzs:8,4 gr;Kalc:0 gr	En: 1339 kj /319 kc; Feh:22,1 gr;Szh:49gr;Cuk:14gr;Só:3gr;Zsir:16,4 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 808 kj /192 kc; Feh:36,3 gr;Szh:62gr;Cuk:16,4gr;Só:3,9gr;Zsir:2 7,2 gr;Tzs:3,8 gr;Kalc:0 gr	En: 1633 kj /389 kc; Feh:31 gr;Szh:55gr;Cuk:32,7gr;Só:1,4gr;Zsir:3 9,9 gr;Tzs:0 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:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: