

Heti étlap: 2025. 09. 08. - 2025. 09. 12. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

Csolyospálosi Nyitnikék Óvoda és Mini Bölcsőde, 6135 Csolyospálos, Móra Ferenc utca 11.

	2025. 09. 08. hétfő	2025. 09. 09. kedd	2025. 09. 10. szerda	2025. 09. 11. csütörtök	2025. 09. 12. péntek	2025. 09. 13. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Barackiz, 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	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*, Sajtkrém (tejszínes- téliszalámis) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Teljeskiőrlésű 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	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*, 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	
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	Kivi 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	Banán En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	
E b b é d	Lebbencsleves *1,3,9*, Rántott halrúd *4*, Párolt rizs *9*, Tartármártás *7,10*, Házi jellegű búzakenyér *1* En: 738 kj /176 kc; Feh:11,8gr Szh:49gr;Cuk:1,8gr;Só:1,5gr Zsír:12gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	Húsleves *1,3,9*, Zöldborsófőzelék *7,9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Párolt hús *9*, Dörmi szelet 30 gr, Félbarna kenyér *1* En: 410 kj /98 kc; Feh:20,1gr Szh:28gr;Cuk:9,2gr;Só:1,3gr Zsír:12,7gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Daragaluska-leves *1,3,9*, Bolognai spagetti *1,3,7,9*, Teljeskiőrlésű búzakenyér *1* En: 870 kj /207 kc; Feh:16,9gr Szh:35gr;Cuk:6,2gr;Só:1,3gr Zsír:13,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Meggyleves *7*, Sertéspörkölt *1,3,9,10,11*, Tarhonya köret *1,3,9*, Kukoricás kenyér *1* En: 1010 kj /240 kc; Feh:14,1gr Szh:46gr;Cuk:4,6gr;Só:1gr Zsír:9,7gr;Tzs:1,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Babgulyás (áttörve) *1,3,9,10,11*, Túrós csusza *1,3,7*, Szemes -feles kenyér *1,11* En: 844 kj /201 kc; Feh:19,1gr Szh:46gr;Cuk:3,7gr;Só:1gr Zsír:11,5gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n a	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, Kígyóuborka, Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Gyermektea, Felvágott /Csirkemell sonka), 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, Kifli (tejes v. sós) *1*, Actimel ivójoghurt *7* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Liga margarin *7*, Kígyóuborka, 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, Kenőmájas, Szemes -feles kenyér *1,11* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Szezámag	
	En: 815 kj /194 kc; Feh:16,2 gr;Szh:51gr;Cuk:11gr;Só:1,6gr;Zsír:15,1 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:0 gr	En: 540 kj /129 kc; Feh:25,9 gr;Szh:30gr;Cuk:22,1gr;Só:1,4gr;Zsír:16,7 gr;Tzs:4 gr;Kalc:0 gr	En: 947 kj /225 kc; Feh:21,3 gr;Szh:37gr;Cuk:15,4gr;Só:1,4gr;Zsír:17 gr;Tzs:1,9 gr;Kalc:0 gr	En: 1140 kj /271 kc; Feh:19,8 gr;Szh:48gr;Cuk:17,5gr;Só:1,1gr;Zsír:13,7 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:0 gr	En: 1791 kj /426 kc; Feh:34,4 gr;Szh:76gr;Cuk:14gr;Só:2,3gr;Zsír:22,5 gr;Tzs:4,9 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: