

Heti étlap: 2025. 09. 22. - 2025. 09. 26. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2025. 09. 22. hétfő	2025. 09. 23. kedd	2025. 09. 24. szerda	2025. 09. 25. csütörtök	2025. 09. 26. péntek	2025. 09. 27. szombat
R e g g e l i	Kakaós tej *7*, Szendvicskrém *7*, Kukoricás kenyér *1* En: 262 kj /62 kc; Feh:7gr Szh:3gr;Cuk:11,6gr;Só:0,4gr Zsir:10,4gr;Tzs:5,5gr;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 Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Tej	Kakaós tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Trappista sajt *7*, Szemes -feles kenyér *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*, Kakaós v. fahéjas fatörzs *1,3,7* 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	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	
T í z ó r a i	Őszibarack 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	Banán 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	Szilva En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	
E b é d	Sárgaborsóleves tarjával (áttörve) *9*, Sajtós metélt *1,3,7*, Kukoricás kenyér *1* En: 1093 kj /260 kc; Feh:20,9gr Szh:47gr;Cuk:1,8gr;Só:2,3gr Zsir:14,9gr;Tzs:2,9gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Zöldborsóleves "F" *1,3,9*, Natúr pulykamell *1,9*, Burgonyapüré *7,9*, Házi jellegű búzakenyér *1* En: 424 kj /101 kc; Feh:16,7gr Szh:39gr;Cuk:3,5gr;Só:2,2gr Zsir:16gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Alföldileves *9*, Pulykahúsos rizottó *9*, Őszibarack befőtt, Szemes -feles kenyér *1,11* En: 267 kj /64 kc; Feh:12,8gr Szh:35gr;Cuk:2gr;Só:1gr Zsir:7gr;Tzs:0,4gr;Kalc:0gr Glutén, Zeller, Szezámag	Csirkegulyás *1,3,9,10,11*, Zöldbabfőzelék *7,9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Sült sertéscomb *9*, Piskóta tekercs, Félbarna kenyér *1* En: 453 kj /108 kc; Feh:19,5gr Szh:31gr;Cuk:1,9gr;Só:2,5gr Zsir:17,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Pulykaragu leves *1,3,9*, Tejberizs *7*, Teljeskiőrlésű búzakenyér *1* En: 401 kj /95 kc; Feh:14,1gr Szh:29gr;Cuk:15,6gr;Só:0,6gr Zsir:8,2gr;Tzs:2,7gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
U z s o n n a	Gyermektea, Liga margarin *7*, Kígyóuborka, Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Házi jellegű búzakenyér *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. sajtós) 50 gr *1,7*, Medve kockasajt *7*, Karalábé En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Baromfi párizsi (KOPÉ), Liga margarin *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, Kenőmájás, Kígyóuborka, Teljeskiőrlésű búzakenyér *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén	
	En: 1364 kj /325 kc; Feh:27,9 gr;Szh:50gr;Cuk:14,9gr;Só:2,7gr;Zsir:25,2 gr;Tzs:8,4 gr;Kalc:0 gr	En: 501 kj /119 kc; Feh:21,1 gr;Szh:40gr;Cuk:12,7gr;Só:2,3gr;Zsir:19 gr;Tzs:4 gr;Kalc:0 gr	En: 397 kj /95 kc; Feh:18,5 gr;Szh:36gr;Cuk:14,9gr;Só:1,1gr;Zsir:11 gr;Tzs:2,8 gr;Kalc:0 gr	En: 530 kj /126 kc; Feh:23,9 gr;Szh:32gr;Cuk:11,1gr;Só:2,7gr;Zsir:20,3 gr;Tzs:3,3 gr;Kalc:0 gr	En: 1009 kj /240 kc; Feh:29,8 gr;Szh:48gr;Cuk:26,3gr;Só:2,5gr;Zsir:21,4 gr;Tzs:5,1 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: