

Heti étlap: 2025. 10. 06. - 2025. 10. 10. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2025. 10. 06. hétfő	2025. 10. 07. kedd	2025. 10. 08. szerda	2025. 10. 09. csütörtök	2025. 10. 10. péntek	2025. 10. 11. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Felvágott /sajtos párizsi/, Liga margarin *7*, Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* <i>En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Forralt tej *7*, Gabonapehely (kakaós) <i>En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr</i> Tej	Kakaós tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Barackíz, Kukoricás kenyér *1* <i>En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Forralt tej *7*, Kuglóf *1,3,7* <i>En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej	Kakaós tej *7*, Hot-dog *1* <i>En: 653 kj /155 kc; Feh:16,9gr Szh:20gr;Cuk:12,8gr;Só:2gr Zsir:14,1gr;Tzs:2,9gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	
T í z ó r a i	Banán <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> 	Alma <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> 	Körte <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> 	Alma <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> 	Szilva <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> 	
E b é d	Kertészleves *9*, Ízes nudli *1,3*, Szemes -feles kenyér *1,11* <i>En: 480 kj /114 kc; Feh:4,5gr Szh:19gr;Cuk:4,2gr;Só:0,8gr Zsir:2,9gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller, Szezámag	Pulykaragu leves *1,3,9*, Burgonyafőzelék *7,9*, Rántott halrúd *4*, Házi jellegű búzakenyér *1* <i>En: 682 kj /162 kc; Feh:15,7gr Szh:35gr;Cuk:2,8gr;Só:1,4gr Zsir:9,5gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Brokkolikrémléves zsemlekockával *1,7,9*, Sertéspörkölt *1,3,9,10,11*, Tésztaköret *1,3*, Kukoricás kenyér *1* <i>En: 1265 kj /301 kc; Feh:16,7gr Szh:55gr;Cuk:1,9gr;Só:1,8gr Zsir:13,3gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Zöldségleves *1,3,9*, Almamártás *7*, Natúr pulykamell *1,9*, Teljeskiörlesű búzakenyér *1* <i>En: 391 kj /93 kc; Feh:14,3gr Szh:17gr;Cuk:23gr;Só:1,4gr Zsir:10gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Húsleves *1,3,9*, Tejbedara *1,7*, Félbarna kenyér *1* <i>En: 286 kj /68 kc; Feh:11,5gr Szh:14gr;Cuk:12,5gr;Só:0,6gr Zsir:5,9gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
U z s o n n a	Gyermektea, Kenőmájas, Szemes -feles kenyér *1,11*, Sárgarépa <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Szezámag	Gyermektea, Kukoricás buci *1,7*, Túrórudi (izes) *7* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Gyermektea, Felvágott /Csirkemell sonka/, Liga margarin *7*, Kígyóborka, Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej, Szezámag	Gyermektea, Kifli (tejes v. sós) *1*, Medve kockasajt *7*, Sárgarépa <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Félbarna kenyér *1* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	
	<i>En: 557 kj /133 kc; Feh:8,9 gr;Szh:21gr;Cuk:13,4gr;Só:0,9gr;Zsir:6 gr;Tzs:2,3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 759 kj /181 kc; Feh:20,1 gr;Szh:36gr;Cuk:12gr;Só:1,5gr;Zsir:12,6 gr;Tzs:3,2 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1395 kj /332 kc; Feh:22,4 gr;Szh:56gr;Cuk:14,8gr;Só:2gr;Zsir:17,3 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 468 kj /111 kc; Feh:18,7 gr;Szh:19gr;Cuk:32,2gr;Só:1,5gr;Zsir:13,1 gr;Tzs:2,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 948 kj /226 kc; Feh:28,5 gr;Szh:33gr;Cuk:26,9gr;Só:2,6gr;Zsir:20 gr;Tzs:4,6 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:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: