

Heti étlap: 2025. 09. 01. - 2025. 09. 05. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 09. 01. hétfő	2025. 09. 02. kedd	2025. 09. 03. szerda	2025. 09. 04. csütörtök	2025. 09. 05. péntek	2025. 09. 06. szombat
T íz ó r a i	Gyümölcsstea Májkrém (sertés) Szendvics zsemle 50 g- 55g *1* En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén	Kakaós tej *7* Kuglóf *1,3,7* Banán En: 157 kj /37 kc; Feh:8,1gr Szh:2gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2gr Zsír:5,7gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	Gyümölcsstea Vaj 82%-os *7* Trappista sajt *7* Császárszemle 50 gr *1,11* En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Forralt tej *7* Gabonapehely (kakaós) En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsír:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr Tej	Gyümölcsstea Hot-dog *1* En: 910 kj /217 kc; Feh:18,7gr Szh:30gr;Cuk:7,4gr;Só:3,1gr Zsír:16,8gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr Glutén	
E b é d	Málgombóclevés *1,3,9* Mákos metélt *1,3* Alma Szemes -feles kenyér *1,11* En: 1494 kj /356 kc; Feh:16,5gr Szh:55gr;Cuk:19gr;Só:1,4gr Zsír:19,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller, Szezámag	Tésztaleves *1,3,9* Sárgaborsó főzelék *9* Sertéspörkölt *1,3,9,10,11* Házi jellegű búzakenyér *1* En: 495 kj /118 kc; Feh:23,1gr Szh:40gr;Cuk:2,8gr;Só:3gr Zsír:10,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezámag	Csontleves *1,3,9* Fasírt kocka *1,3,9* Burgonyapüré *7,9* Almabefőtt Félbarna kenyér *1* En: 617 kj /147 kc; Feh:24gr Szh:50gr;Cuk:3,8gr;Só:2,9gr Zsír:16,7gr;Tzs:2,7gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Brokkolikrémleves zsemlekockával *1,7,9* Rizses hús *9* Kukoricás kenyér *1* En: 812 kj /193 kc; Feh:21,2gr Szh:69gr;Cuk:1,7gr;Só:3gr Zsír:14gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Zeller	Gulyásleves *1,3,9,10,11* Tejbedara *1,7* Banán Teljeskiőrlésű búzakenyér *1* En: 486 kj /116 kc; Feh:16,1gr Szh:27gr;Cuk:20,7gr;Só:0,7gr Zsír:10,5gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n n a	Sertéspárizsi (PICK) Liga margarin *7* Kígyóuborka Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Teljes kiőrlésű zsemle (magvas v. sima) En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Tej	Kárpátia száraz felvágott Liga margarin *7* Paradicsom Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7* Medve kockasajt *7* Alma En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Felvágott /pulykamell sonka/ Liga margarin *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	
	En: 1518 kj /361 kc; Feh:16,6 gr;Szh:55gr;Cuk:24gr;Só:1,4gr;Zsír:19,2 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 652 kj /155 kc; Feh:31,2 gr;Szh:42gr;Cuk:18,3gr;Só:3,2gr;Zsír:16,1 gr;Tzs:3,4 gr;Kalc:0 gr	En: 641 kj /153 kc; Feh:24 gr;Szh:50gr;Cuk:8,9gr;Só:2,9gr;Zsír:16,7 gr;Tzs:2,7 gr;Kalc:0 gr	En: 936 kj /223 kc; Feh:29,2 gr;Szh:71gr;Cuk:15,7gr;Só:3,2gr;Zsír:19,6 gr;Tzs:5,6 gr;Kalc:0 gr	En: 1397 kj /333 kc; Feh:34,8 gr;Szh:57gr;Cuk:28,1gr;Só:3,8gr;Zsír:27,3 gr;Tzs:3,4 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: