

Heti étlap: 2025. 09. 08. - 2025. 09. 12. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Csölyospálosi Nyitnikék Óvoda és Mini Bölcsőde, 6135 Csölyospálos, 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
T iz ó r a i	Gyümölcsstea Vaj 82%-os *7* Barackíz Szendvics zsemle 50 g- 55g *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* Croissant (ízes) 50 gr *1,3,7* Alma En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsir:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	Gyümölcsstea Sajtkrém (tejszínes- téliszalámis) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Császárszemle 50 gr *1,11* En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Kakaós tej *7* Finom fonott kalács *1,3,6,7* Alma 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, Tojás, Szójabab, Tej	Gyümölcsstea Szendvics *1,3,7* En: 1684 kj /401 kc; Feh:20gr Szh:58gr;Cuk:7,2gr;Só:2,2gr Zsir:13,4gr;Tzs:3,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	
E b é d	Lebbencsleves *1,3,9* Rántott halrúd *4* Párolt rizs *9* Tartármártás *7,10* Házi jellegű búzakenyér *1*	Húsleves *1,3,9* Zöldborsófőzelék *7,9* Párolt hús *9* Dörmi szelet 30 gr Félbarna kenyér *1*	Daragaluska-leves *1,3,9* Bolognai spagetti *1,3,7,9* Teljeskiőrlésű búzakenyér *1*	Meggyleves *7* Sertéspörkölt *1,3,9,10,11* Tarhonya köret *1,3,9* Kukoricás kenyér *1*	Babgulyás *1,3,9,10,11* Túrós csusza *1,3,7* Banán Szemes -feles kenyér *1,11*	
	En: 1196 kj /285 kc; Feh:16,9gr Szh:71gr;Cuk:2,6gr;Só:2,7gr Zsir:33gr;Tzs:2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár	En: 537 kj /128 kc; Feh:28,2gr Szh:23gr;Cuk:12,6gr;Só:2,2gr Zsir:17,8gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 1243 kj /296 kc; Feh:24,1gr Szh:51gr;Cuk:8,8gr;Só:2,9gr Zsir:19,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	En: 1443 kj /344 kc; Feh:20,2gr Szh:66gr;Cuk:6,6gr;Só:1,6gr Zsir:13,8gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	En: 1342 kj /319 kc; Feh:27,7gr Szh:70gr;Cuk:5,4gr;Só:2,1gr Zsir:17,2gr;Tzs:2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n n a	Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* Kígyóuborka Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11*	Felvágott /Csirkemell sonka) Liga margarin *7* Paradicsom Teljes kiőrlésű zsemle (magvas v. sima)	Kifli (tejes v. sós) *1* Actimel ivójoghurt *7*	Liga margarin *7* Kígyóuborka Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11*	Kenőmájas Szendvics zsemle 50 g- 55g *1*	
	En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Tej	En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén	
	En: 1219 kj /290 kc; Feh:17 gr;Szh:71gr;Cuk:7,7gr;Só:2,7gr;Zsir:33 gr;Tzs:2 gr;Kalc:0 gr	En: 661 kj /157 kc; Feh:36,2 gr;Szh:25gr;Cuk:26,6gr;Só:2,4gr;Zsir:2 3,4 gr;Tzs:5,2 gr;Kalc:0 gr	En: 1266 kj /302 kc; Feh:24,1 gr;Szh:51gr;Cuk:13,9gr;Só:2,9gr;Zsir:1 9,9 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 1600 kj /381 kc; Feh:28,3 gr;Szh:68gr;Cuk:22,1gr;Só:1,8gr;Zsir:1 9,5 gr;Tzs:5 gr;Kalc:0 gr	En: 3026 kj /720 kc; Feh:47,6 gr;Szh:128gr;Cuk:12,6gr;Só:4,3gr;Zsir: 30,6 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: