

Heti étlap: 2025. 09. 29. - 2025. 09. 30. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 09. 29. hétfő	2025. 09. 30. kedd	2025. 10. 01. szerda	2025. 10. 02. csütörtök	2025. 10. 03. péntek	2025. 10. 04. szombat
T íz ó r a i	Gyümölcsstea Szendvics *1,3,7* <i>En: 1684 kj /401 kc; Feh:20gr Szh:58gr;Cuk:7,2gr;Só:2,2gr Zsír:13,4gr;Tzs:3,1gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej</i>	Kakaós tej *7* Briós (teljes kiőrlésű) 50 gr *1,7* <i>En: 157 kj /37 kc; Feh:8,1gr Szh:2gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2gr Zsír:5,7gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>				
E b é d	Frankfurti leves *1,3,7,9,10,11* Grízes tészta *1,3* Alma Kukoricás kenyér *1* <i>En: 1210 kj /288 kc; Feh:20,6gr Szh:63gr;Cuk:16,3gr;Só:2,6gr Zsír:13,4gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezám</i>	Tarhonyaleves *1,3,9* Rántott halrúd *4* Majonézes kukoricasaláta 1/2 *7,10* Párolt barnarizs (1/2) *9* Szemes -feles kenyér *1,11* <i>En: 1094 kj /261 kc; Feh:15,5gr Szh:50gr;Cuk:5,5gr;Só:2,4gr Zsír:31,2gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár, Szezám</i>				
U z s o n n a	Vaj 82%-os *7* Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* Túrórudi (izes) *7* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej, Szezám</i>	Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Császárzsemle 50 gr *1,11* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej, Szezám</i>				
	<i>En: 2893 kj /689 kc; Feh:40,5 gr;Szh:121gr;Cuk:23,6gr;Só:4,8gr;Zsír:26,8 gr;Tzs:4,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1251 kj /298 kc; Feh:23,6 gr;Szh:52gr;Cuk:21gr;Só:2,6gr;Zsír:36,9 gr;Tzs:5,2 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:Szezám; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: