

Heti étlap: 2025. 10. 06. - 2025. 10. 10. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Csölyospálosi Nyitnikék Óvoda és Mini Bölcsőde, 6135 Csölyospálos, 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
T íz ó r a i	Gyümölcs tea Felvágott /sajtos párizsi/ Liga margarin *7* Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *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* Gabonapehely (kakaós) Alma En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsir:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr Tej	Gyümölcs tea Vaj 82%-os *7* Barackíz 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* Kuglóf *1,3,7* 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, Tej	Gyümölcs tea Hot-dog *1* En: 910 kj /217 kc; Feh:18,7gr Szh:30gr;Cuk:7,4gr;Só:3,1gr Zsir:16,8gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr Glutén	
E b é d	Kertészleves *9* Ízes nudli *1,3* Banán Szemes -feles kenyér *1,11* En: 1542 kj /367 kc; Feh:11,1gr Szh:61gr;Cuk:10,6gr;Só:2,7gr Zsir:10,8gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller, Szezámag	Pulykaragu leves *1,3,9* Burgonyafőzelék *7,9* Rántott halrúd *4* Házi jellegű búzakenyér *1* En: 1107 kj /264 kc; Feh:22,4gr Szh:50gr;Cuk:4gr;Só:2,5gr Zsir:28,5gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	BrokkolikréMLEVES zsemlekockával *1,7,9* Sertéspörkölt *1,3,9,10,11* Tésztaköret *1,3* Kukoricás kenyér *1* En: 1626 kj /387 kc; Feh:22,5gr Szh:70gr;Cuk:2,5gr;Só:3,1gr Zsir:17,9gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Zöldségleves *1,3,9* Almamártás *7* Rántott sertésszelet *1,3* Teljeskiőrlésű búzakenyér *1* En: 870 kj /207 kc; Feh:22,5gr Szh:38gr;Cuk:32,9gr;Só:2,2gr Zsir:19,8gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tápai legényfogó leves *1,3,9* Tejbedara *1,7* Szilva Félbarna kenyér *1* En: 482 kj /115 kc; Feh:16,5gr Szh:26gr;Cuk:21gr;Só:1,2gr Zsir:9,9gr;Tzs:2,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	
U z s o n n a	Kenőmájás 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	Kukoricás buci *1,7* Túrórudi (ízes) *7* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Felvágott /Csirkemell sonka) Liga margarin *7* Kigyóuborka Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Kifli (tejes v. sós) *1* Medve kockasajt *7* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	
	En: 1566 kj /373 kc; Feh:11,1 gr;Szh:61gr;Cuk:15,6gr;Só:2,7gr;Zsir:10,9 gr;Tzs:0,8 gr;Kalc:0 gr	En: 1231 kj /293 kc; Feh:30,4 gr;Szh:52gr;Cuk:18gr;Só:2,7gr;Zsir:34,1 gr;Tzs:5,3 gr;Kalc:0 gr	En: 1649 kj /393 kc; Feh:22,5 gr;Szh:70gr;Cuk:7,5gr;Só:3,1gr;Zsir:17,9 gr;Tzs:1,6 gr;Kalc:0 gr	En: 1027 kj /245 kc; Feh:30,6 gr;Szh:40gr;Cuk:48,4gr;Só:2,4gr;Zsir:25,5 gr;Tzs:4,2 gr;Kalc:0 gr	En: 1393 kj /332 kc; Feh:35,3 gr;Szh:56gr;Cuk:28,4gr;Só:4,2gr;Zsir:26,7 gr;Tzs:3,6 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: