

Heti étlap: 2025. 10. 20. - 2025. 10. 24. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 10. 20. hétfő	2025. 10. 21. kedd	2025. 10. 22. szerda	2025. 10. 23. csütörtök	2025. 10. 24. péntek	2025. 10. 25. szombat
T íz ó r a i	Gyümölcsstea Liga margarin *7* Főtt kemény tojás *3* Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* En: 59 kj /14 kc; Feh:3,2gr Szh:0gr;Cuk:5,1gr;Só:0gr Zsír:2,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	Forralt tej *7* Szendvicsskrém *7* Szendvics zsemle 50 g- 55g *1* En: 358 kj /85 kc; Feh:10,1gr Szh:4gr;Cuk:14,3gr;Só:0,6gr Zsír:16,2gr;Tzs:8,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyümölcsstea Vaj 82%-os *7* Méz 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			
E b é d	Gulyásleves *1,3,9,10,11* Egérke *1,3,7* Banán Félbarna kenyér *1* En: 799 kj /190 kc; Feh:17,2gr Szh:50gr;Cuk:11,8gr;Só:0,8gr Zsír:32,8gr;Tzs:4,7gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Daragaluska-leves *1,3,9* Paradicsommártás (1/2) *9* Főtt hús Törött burgonya (1/2) *7* Házi jellegű búzakenyér *1* En: 358 kj /85 kc; Feh:21,7gr Szh:33gr;Cuk:6,1gr;Só:3,2gr Zsír:13,1gr;Tzs:0,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tésztaleves *1,3,9* Csikóstokány *1,7,9* Tésztaköret *1,3* Kukoricás kenyér *1* En: 1414 kj /337 kc; Feh:22,4gr Szh:62gr;Cuk:4,7gr;Só:2,4gr Zsír:17,5gr;Tzs:2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller			
U z s o n n a	Teljes kiőrlésű kifli (magvas v. sima) *1,11* Túrórudi (ízese) *7* En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Sertéspárizsi (PICK) Liga margarin *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 Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Pogácsa (sajtos v. tepertős) 70 gr *1,7* Alma En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej			
	En: 859 kj /204 kc; Feh:20,3 gr;Szh:50gr;Cuk:16,9gr;Só:0,8gr;Zsír:35,2 gr;Tzs:4,7 gr;Kalc:0 gr	En: 716 kj /171 kc; Feh:31,8 gr;Szh:37gr;Cuk:20,4gr;Só:3,8gr;Zsír:29,3 gr;Tzs:9 gr;Kalc:0 gr	En: 1438 kj /342 kc; Feh:22,4 gr;Szh:62gr;Cuk:9,7gr;Só:2,4gr;Zsír:17,5 gr;Tzs:2 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: