

Heti étlap: 2025. 10. 27. - 2025. 10. 31. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2025. 10. 27. hétfő	2025. 10. 28. kedd	2025. 10. 29. szerda	2025. 10. 30. csütörtök	2025. 10. 31. péntek	2025. 11. 01. szombat
T íz ó r a i	Gyümölcsstea Bundás kenyér *1,3* <i>En: 804 kj /191 kc; Feh:17,5gr Szh:23gr;Cuk:5,4gr;Só:0,7gr Zsir:25,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás</i>	Kakaós tej *7* Kakaós foszlós kalács *1* <i>En: 157 kj /37 kc; Feh:8,1gr Szh:2gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2gr Zsir:5,7gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Gyümölcsstea Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* Paradicsom Szemes -feles kenyér *1,11* <i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej, Szezámag</i>	Forralt tej *7* Gabonapehely (kakaós) <i>En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsir:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> <i>Tej</i>	Gyümölcsstea Vaj 82%-os *7* Barackíz Félbarna kenyér *1* <i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
E b b é d	Alföldileves *9* Lecsó *9* Félbarna kenyér *1* <i>En: 422 kj /100 kc; Feh:12,5gr Szh:26gr;Cuk:4,1gr;Só:3,4gr Zsir:14,8gr;Tzs:2,5gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Zeller</i>	Zöldborsóleves "F" *1,3,9* Székelykáposzta *1,3,7,10,11* Házi jellegű búzakenyér *1* <i>En: 428 kj /102 kc; Feh:18,9gr Szh:15gr;Cuk:8,2gr;Só:2gr Zsir:14,8gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag</i>	Karfiolleves *1,3,9* Gombás pulykaragu *7,9* Párolt barnarizs *9* Szemes -feles kenyér *1,11* <i>En: 553 kj /132 kc; Feh:20,3gr Szh:54gr;Cuk:2,4gr;Só:3gr Zsir:18,9gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag</i>	Tarhonyaleves *1,3,9* Sült csirkecomb *9* Parajfőzelék (1/2) *7,9* Törött burgonya (1/2) *7* Kukoricas kenyér *1* <i>En: 578 kj /138 kc; Feh:27,5gr Szh:37gr;Cuk:4gr;Só:3,8gr Zsir:20,3gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	Árpagyöngye leves tarjával *9* Tojásos tészta *1,3,7,9* Alma Félbarna kenyér *1* <i>En: 1404 kj /334 kc; Feh:22,1gr Szh:54gr;Cuk:2,7gr;Só:3,2gr Zsir:19,5gr;Tzs:3,3gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	
U z s o n n a	Sajtkrém (tejszínes-téliszalámis) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Félbarna kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Baromfi párizsi (KOPÉ) Liga margarin *7* Kigyóuborka Házi jellegű búzakenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Kifli (tejes v. sós) *1* Medve kockasajt *7* Alma <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Baromfi párizsi (KOPÉ) Liga margarin *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Kukoricas kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Májkrém (sertés) Kigyóuborka Félbarna kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén</i>	
	<i>En: 1226 kj /292 kc; Feh:30 gr;Szh:49gr;Cuk:9,5gr;Só:4,2gr;Zsir:40,2 gr;Tzs:2,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 585 kj /139 kc; Feh:27 gr;Szh:18gr;Cuk:23,7gr;Só:2,2gr;Zsir:20,5 gr;Tzs:5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 576 kj /137 kc; Feh:20,3 gr;Szh:54gr;Cuk:7,4gr;Só:3gr;Zsir:18,9 gr;Tzs:2,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 702 kj /167 kc; Feh:35,5 gr;Szh:39gr;Cuk:18gr;Só:4gr;Zsir:25,9 gr;Tzs:5,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1428 kj /340 kc; Feh:22,1 gr;Szh:54gr;Cuk:7,7gr;Só:3,2gr;Zsir:19,5 gr;Tzs:3,3 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:Szezámag; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: