

Heti étlap: 2026. 03. 02. - 2026. 03. 06. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 03. 02. hétfő	2026. 03. 03. kedd	2026. 03. 04. szerda	2026. 03. 05. csütörtök	2026. 03. 06. péntek	2026. 03. 07. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Olasz v. Soproni felvágott, Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* <i>En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej, Szezámag	Kakaós tej *7*, Búrkifli v. ökörszem (ízesített) *1,3,7,8* <i>En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Dió	Forralt tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Trappista sajt *7*, Császárszemle 50 gr *1,11* <i>En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej, Szezámag	Kakaós tej *7*, Liga margarin *7*, Paradicsom, Félbarna kenyér *1* <i>En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Forralt tej *7*, Hot-dog *1* <i>En: 600 kj /143 kc; Feh:15,6gr Szh:19gr;Cuk:9,1gr;Só:2gr Zsir:13,1gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	
T í z ó r a i	Alma <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i>	Banán <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i>	Mandarin <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i>	Alma <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i>	Banán <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i>	
E b é d	Kertészleves *9*, Sajtos metélt *1,3,7*, Félbarna kenyér *1* <i>En: 898 kj /214 kc; Feh:11,5gr Szh:38gr;Cuk:1,9gr;Só:1gr Zsir:10,4gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Májgombóclevés *1,3,9*, Tököfőzelék *7,9*, Sertéspörkölt *1,3,9,10,11*, Törött burgonya (1/2) *7*, Tejszelet *7*, Házi jellegű búzakenyér *1* <i>En: 621 kj /148 kc; Feh:15,5gr Szh:28gr;Cuk:9,2gr;Só:1,9gr Zsir:15,5gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Zöldséglevés *1,3,9*, Bakonyi ragu pulykahúsból *7,9*, Pirított bulgur *9*, Kukoricás kenyér *1* <i>En: 413 kj /98 kc; Feh:16,6gr Szh:41gr;Cuk:2gr;Só:1,3gr Zsir:10,1gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tésztaleves *1,3,9*, Lecsós sertésszelet *9*, Párolt rizs *9*, Félbarna kenyér *1* <i>En: 453 kj /108 kc; Feh:13,1gr Szh:44gr;Cuk:2,3gr;Só:1,8gr Zsir:11,7gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller	Palóclevés *9*, Tejbedara *1,7*, Teljeskiőrlésű búzakenyér *1* <i>En: 243 kj /58 kc; Feh:12,5gr Szh:17gr;Cuk:12,7gr;Só:0,4gr Zsir:7,7gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej, Zeller	
U z s o n n a	Gyermektea, Májkrém (sertés), Félbarna kenyér *1* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén	Gyermektea, Sertéspárizsi (PICK), Liga margarin *7*, Házi jellegű búzakenyér *1* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, Kígyóborka, Kukoricás kenyér *1* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Gyermektea, Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7*, Túrórudi (ízes) *7* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Gyermektea, Felvágott /pulykamell sonka/, Liga margarin *7*, Retek, Teljeskiőrlésű búzakenyér *1* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	
	<i>En: 975 kj /232 kc; Feh:15,9 gr;Szh:39gr;Cuk:11,2gr;Só:1,1gr;Zsir:13,5 gr;Tzs:3,3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 751 kj /179 kc; Feh:21,2 gr;Szh:30gr;Cuk:22,1gr;Só:2gr;Zsir:19,5 gr;Tzs:3,8 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 490 kj /117 kc; Feh:21 gr;Szh:42gr;Cuk:11,2gr;Só:1,4gr;Zsir:13,2 gr;Tzs:3,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 582 kj /139 kc; Feh:18,8 gr;Szh:45gr;Cuk:15,2gr;Só:2gr;Zsir:15,7 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 852 kj /203 kc; Feh:28,1 gr;Szh:36gr;Cuk:23,4gr;Só:2,4gr;Zsir:20,8 gr;Tzs:4,1 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:Szulfitok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: