

Heti étlap: 2026. 03. 02. - 2026. 03. 06. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Csőlyospálosi Nyitnikék Óvoda és Mini Bölcsőde, 6135 Csőlyospálos, 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
Izóriai	<p>Gyümölcs tea Olasz v. Soproni felvágott Liga margarin *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11*</p> <p><i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej, Szezámag</p>	<p>Forralt tej *7* Búrkifli v. ökörszem (ízesített) *1,3,7,8* Banán</p> <p><i>En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsir:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Dió</p>	<p>Gyümölcs tea Vaj 82%-os *7* Trappista sajt *7* Császárszemle 50 gr *1,11*</p> <p><i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej, Szezámag</p>	<p>Kakaós tej *7* Liga margarin *7* Paradicsom Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1*</p> <p><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></p> <p>Glutén, Tej</p>	<p>Gyümölcs tea Hot-dog *1*</p> <p><i>En: 910 kj /217 kc; Feh:18,7gr Szh:30gr;Cuk:7,4gr;Só:3,1gr Zsir:16,8gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén</p>	
Ebéd	<p>Kertészleves *9* Sajtos metélt *1,3,7* Alma Félbarna kenyér *1*</p> <p><i>En: 1447 kj /344 kc; Feh:18,5gr Szh:61gr;Cuk:2,9gr;Só:2,2gr Zsir:16,8gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</p>	<p>Márgombócleves *1,3,9* Tökfőzelék *7,9* Sertéspörkölt *1,3,9,10,11* Házi jellegű búzakenyér *1* Tejszelet *7*</p> <p><i>En: 802 kj /191 kc; Feh:20gr Szh:22gr;Cuk:12,4gr;Só:3,1gr Zsir:21,1gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag</p>	<p>Zöldségleves *1,3,9* Bakonyi ragu pulykahúsból *7,9* Pírtott bulgur *9* Kukoricás kenyér *1*</p> <p><i>En: 608 kj /145 kc; Feh:23,7gr Szh:58gr;Cuk:2,9gr;Só:2,8gr Zsir:16,4gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</p>	<p>Tésztaleves *1,3,9* Lecsós sertésszelet *9* Párolt rizs *9* Félbarna kenyér *1*</p> <p><i>En: 713 kj /170 kc; Feh:21,1gr Szh:65gr;Cuk:3,8gr;Só:3,4gr Zsir:18,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tojás, Zeller</p>	<p>Palócleves *9* Tejbedara *1,7* Banán Teljeskiőrlésű búzakenyér *1*</p> <p><i>En: 358 kj /85 kc; Feh:17,8gr Szh:24gr;Cuk:20,8gr;Só:1,2gr Zsir:11gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej, Zeller</p>	
Uzsónna	<p>Májkrem (sertés) Szendvics zsemle 50 g- 55g *1*</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén</p>	<p>Sertéspárizsi (PICK) Liga margarin *7* Korpás kifli v. zsemle *1*</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej</p>	<p>Vajkrem (natúr v. magyaros) *7* Kígyóborka Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11*</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej, Szezámag</p>	<p>Bordás kifli (sima v. sajtós) 50 gr *1,7* Túrórudi (ízes) *7*</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej</p>	<p>Felvágott /pulykamell sonka/ Liga margarin *7* Retek Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1*</p> <p><i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i></p> <p>Glutén, Tej</p>	
	<p><i>En: 1470 kj /350 kc; Feh:18,5 gr;Szh:61gr;Cuk:7,9gr;Só:2,2gr;Zsir:16,8 gr;Tzs:2,2 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 926 kj /221 kc; Feh:28 gr;Szh:24gr;Cuk:26,4gr;Só:3,3gr;Zsir:26,7 gr;Tzs:5 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 632 kj /150 kc; Feh:23,7 gr;Szh:58gr;Cuk:7,9gr;Só:2,8gr;Zsir:16,4 gr;Tzs:2,1 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 870 kj /207 kc; Feh:29,2 gr;Szh:67gr;Cuk:19,3gr;Só:3,6gr;Zsir:24,5 gr;Tzs:3,4 gr;Kalc:0 gr</i></p>	<p><i>En: 1269 kj /302 kc; Feh:36,6 gr;Szh:54gr;Cuk:28,3gr;Só:4,2gr;Zsir:27,8 gr;Tzs:3,4 gr;Kalc:0 gr</i></p>	

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: