

Heti étlap: 2026. 05. 04. - 2026. 05. 08. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

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

	2026. 05. 04. hétfő	2026. 05. 05. kedd	2026. 05. 06. szerda	2026. 05. 07. csütörtök	2026. 05. 08. péntek	2026. 05. 09. szombat
T í z ó r a i	Gyümölcs tea Tojáskrém *3,7,10* Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* <i>En: 200 kj /48 kc; Feh:3,4gr Szh:0gr;Cuk:5,5gr;Só:0,3gr Zsir:18gr;Tzs:8,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Mustár</i>	Kakaós tej *7* Finom fonott kalács *1,3,6,7* Banán <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 Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	Gyümölcs tea Vaj 82%-os *7* Trappista sajt *7* Császárszemle 50 gr *1,11* <i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej, Szezámag	Forralt tej *7* Zala felvágott Liga margarin *7* Paradicsom Szemes-feles kifli v. zsemle *1,11* <i>En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsir:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej, Szezámag	Gyümölcs tea Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* Retek Korpás kifli v. zsemle *1* <i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	
E b é d	Karfiollevés *1,3,9* Pásztortarhonya Iecsókolbásszal *1,3,9* Uborkasaláta Félbarna kenyér *1* <i>En: 987 kj /235 kc; Feh:13,6gr Szh:47gr;Cuk:9,4gr;Só:3,3gr Zsir:16,8gr;Tzs:2,3gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller	Csontleves *1,3,9* Meggymártás *7* Főtt hús Pogácsa (sajtos v. tepertős) 70 gr *1,7* Szemes -feles kenyér *1,11* <i>En: 756 kj /180 kc; Feh:19,2gr Szh:37gr;Cuk:7,1gr;Só:1,8gr Zsir:9gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag</i>	Tésztaleves *1,3,9* Lecsós sertésszelet *9* Párolt rizs *9* Kukoricás kenyér *1* <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> Glutén, Tojás, Zeller	Pulykaragu leves *1,3,9* Zöldborsófőzelék *7,9* Sült debreceni kolbász Paula puding *7* Mórahalmi búzakenyér *1* <i>En: 653 kj /156 kc; Feh:23,1gr Szh:23gr;Cuk:13,2gr;Só:2,9gr Zsir:32,9gr;Tzs:5,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	Alföldileves *9* Túrós csusza *1,3,7* Alma Mórai parasztkenyér *1* <i>En: 1326 kj /316 kc; Feh:19,6gr Szh:66gr;Cuk:5,2gr;Só:2,4gr Zsir:14,4gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	
U z s o n n a	Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* Korpás kifli v. zsemle *1* Alma <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Sertéspárizsi (PICK) Liga margarin *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7* Joghurt gyümölcsös 125 gr *7* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej	Sós v. sajtos rúd *1* Mandarin <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén	Kenőmájas Szendvics zsemle 50 g- 55g *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén	
	<i>En: 1188 kj /283 kc; Feh:17 gr;Szh:47gr;Cuk:14,9gr;Só:3,5gr;Zsir:34,8 gr;Tzs:10,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 913 kj /217 kc; Feh:27,3 gr;Szh:40gr;Cuk:22,6gr;Só:2gr;Zsir:14,7 gr;Tzs:5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 737 kj /175 kc; Feh:21,2 gr;Szh:65gr;Cuk:8,9gr;Só:3,4gr;Zsir:18,8 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 777 kj /185 kc; Feh:31,1 gr;Szh:25gr;Cuk:27,2gr;Só:3,1gr;Zsir:38,5 gr;Tzs:8,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1350 kj /321 kc; Feh:19,6 gr;Szh:66gr;Cuk:10,2gr;Só:2,4gr;Zsir:14,4 gr;Tzs:2,6 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: