

Heti étlap: 2026. 07. 01. - 2026. 07. 03. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

Csólyospálosi Nyitnikék Óvoda és Mini Bölcsőde, 6135 Csólyospálos, Móra Ferenc utca 11.

	2026. 07. 01. szerda	2026. 07. 02. csütörtök	2026. 07. 03. péntek	2026. 07. 04. szombat	2026. 07. 05. vasárnap	2026. 07. 06. hétfő
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Trappista sajt *7*, Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* <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	Forralt tej *7*, Gabonapehely (kakaós) <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> Tej	Kakaós tej *7*, Liga margarin *7*, Főtt kemény tojás *3*, Móri parasztkenyér *1* <i>En: 157 kJ /37 kc; Feh:8,9gr Szh:2gr;Cuk:11,5gr;Só:0,1gr Zsir:6,4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej			
T í z ó r a i	Ószibarack <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>	Sárgabarack <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	Csirkeragu leves *1,3,9*, Rakott zöldbab *7*, Félbarna kenyér *1* <i>En: 270 kJ /64 kc; Feh:15,1gr Szh:13gr;Cuk:3,4gr;Só:1,2gr Zsir:6,7gr;Tzs:1gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tavaszi leves *1,3,9*, Rántott halrúd *4*, Burgonyapüré *7,9*, Móraalmi búzakenyér *1* <i>En: 699 kJ /166 kc; Feh:11,9gr Szh:44gr;Cuk:3,4gr;Só:1,9gr Zsir:9,9gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller	Gulyásleves *1,3,9,10,11*, Tejberizs *7*, Móri parasztkenyér *1* <i>En: 421 kJ /100 kc; Feh:14,1gr Szh:33gr;Cuk:15,2gr;Só:0,5gr Zsir:8,7gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag			
U z s o n a	Gyermektea, Zala felvágott, Liga margarin *7*, Paradicsom, 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, Tej	Gyermektea, Kifli (tejes v. sós) *1*, Joghurt gyümölcsös 125 gr *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, Májkrém (sertés), Kígyóuborka, Móri parasztkenyér *1* <i>En: 9 kJ /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén			
	<i>En: 347 kJ /83 kc; Feh:19,5 gr;Szh:15gr;Cuk:12,6gr;Só:1,3gr;Zsir:9,8 gr;Tzs:2,8 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 776 kJ /185 kc; Feh:16,3 gr;Szh:46gr;Cuk:12,6gr;Só:2gr;Zsir:13 gr;Tzs:4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 587 kJ /140 kc; Feh:23 gr;Szh:35gr;Cuk:28,2gr;Só:0,6gr;Zsir:15,1 gr;Tzs:4,9 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: