

Heti étlap: 2026. 07. 27. - 2026. 07. 31. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 07. 27. hétfő	2026. 07. 28. kedd	2026. 07. 29. szerda	2026. 07. 30. csütörtök	2026. 07. 31. péntek	2026. 08. 01. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Szendvics *1,3,7* <i>En: 939 kj /224 kc; Feh:15,3gr Szh:30gr;Cuk:8,8gr;Só:1,3gr Zsir:11gr;Tzs:3,7gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, 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*, Vaj 82%-os *7*, Méz, Császárszemle 50 gr *1,11* <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, Szezámag	Kakaós tej *7*, Briós (teljes kiőrlésű) 50 gr *1,7* <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*, Liga margarin *7*, Főtt kemény tojás *3*, Móraalmi búzakenyér *1* <i>En: 104 kj /25 kc; Feh:7,6gr Szh:1gr;Cuk:7,8gr;Só:0,1gr Zsir:5,5gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, 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>	Görög v. sárgadinnye <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>	Őszibarack <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	Zöldborsóleves "F" *1,3,9*, Pásztortarhonya virslivel *1,3,9*, Uborkasaláta, Félbarna kenyér *1* <i>En: 725 kj /173 kc; Feh:12gr Szh:35gr;Cuk:6,8gr;Só:2,1gr Zsir:10,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller	Gyümölcsleves *7*, Csikóstokány *1,7,9*, Tésztaköret *1,3*, Móraalmi búzakenyér *1* <i>En: 1085 kj /258 kc; Feh:15,9gr Szh:49gr;Cuk:9,2gr;Só:0,9gr Zsir:12,7gr;Tzs:2,6gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Zöldségleves *1,3,9*, Párolt hús *9*, Párolt zöldség (1/2) *7,9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Móraai parasztkenyér *1* <i>En: 287 kj /68 kc; Feh:11gr Szh:23gr;Cuk:2,1gr;Só:1,4gr Zsir:6,7gr;Tzs:1,1gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Paradicsomleves *1,3*, Natúr pulykamell *1,9*, Párolt rizs *9*, Almabefőtt, Félbarna kenyér *1* <i>En: 484 kj /115 kc; Feh:16,6gr Szh:43gr;Cuk:5,3gr;Só:1,5gr Zsir:14,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller	Babgulyás (áttörve) *1,3,9,10,11*, Szilvásgombóc *1*, Móraai parasztkenyér *1* <i>En: 1056 kj /251 kc; Feh:14,8gr Szh:49gr;Cuk:12,1gr;Só:1,3gr Zsir:9,3gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n a	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), 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, Zala felvágott, Liga margarin *7*, Paradicsom, Móraalmi 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, Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7*, Medve kockasajt *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, Liga margarin *7*, Kígyóuborka, 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, Májkrém (sertés), Móraai parasztkenyér *1*, Sárgarépa <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: 1672 kj /398 kc; Feh:27,3 gr;Szh:65gr;Cuk:17,1gr;Só:3,4gr;Zsir:21,3 gr;Tzs:3,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1161 kj /277 kc; Feh:20,3 gr;Szh:50gr;Cuk:18,5gr;Só:1gr;Zsir:15,8 gr;Tzs:4,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 417 kj /99 kc; Feh:16,7 gr;Szh:24gr;Cuk:15gr;Só:1,6gr;Zsir:10,7 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 614 kj /146 kc; Feh:22,3 gr;Szh:45gr;Cuk:18,2gr;Só:1,7gr;Zsir:18,8 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1169 kj /278 kc; Feh:22,4 gr;Szh:50gr;Cuk:21,4gr;Só:1,4gr;Zsir:14,8 gr;Tzs:2,1 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:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: