

Heti étlap: 2026. 09. 01. - 2026. 09. 04. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 09. 01. kedd	2026. 09. 02. szerda	2026. 09. 03. csütörtök	2026. 09. 04. péntek	2026. 09. 05. szombat	2026. 09. 06. vasárnap
R e g g e l i	Kakaós tej *7*, Kenőmájas, Kukoricás kenyér *1* En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Forralt tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Barackíz, Császárszemle 50 gr *1,11* En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Kakaós tej *7*, Briós (teljes kiőrlésű) 50 gr *1,7* En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Forralt tej *7*, Baromfi párizsi (KOPÉ), Liga margarin *7*, Paradicsom, Félbarna kenyér *1* En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Glutén, Tej		
T í z ó r a i	Banán En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Alma En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Körte En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Alma En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr		
E b é d	Meggy leves *7*, Rizses hús *9*, Kukoricás kenyér *1* En: 443 kj /105 kc; Feh:13,2gr Szh:45gr;Cuk:4gr;Só:0,6gr Zsir:6,9gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Zeller	Zöldség leves *1,3,9*, Bolognai spagetti *1,3,7,9*, Szemes -feles kenyér *1,11* En: 909 kj /216 kc; Feh:15,5gr Szh:34gr;Cuk:6,3gr;Só:1,7gr Zsir:10,1gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Pulykaragu leves *1,3,9*, Zöldborsófőzelék *7,9*, Párolt hús *9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Móraalmi búzakenyér *1*, Pogácsa (sajtos v. tepertős) 70 gr *1,7* En: 437 kj /104 kc; Feh:19,9gr Szh:29gr;Cuk:9,6gr;Só:1,2gr Zsir:13,7gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Paradicsomleves *1,3*, Pásztortarhonya virslivel *1,3,9*, Csemege uborka, Félbarna kenyér *1* En: 755 kj /180 kc; Feh:11,9gr Szh:37gr;Cuk:6gr;Só:1,7gr Zsir:10,5gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller		
U z s o n n a	Gyermeke tea, Sertéspárizsi (PICK), Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Korpás kifli v. zsemle *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermeke tea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, Szemes -feles kenyér *1,11* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	Gyermeke tea, Zala felvágott, Liga margarin *7*, Kigyóuborka, Móraalmi búzakenyér *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermeke tea, Kifli (tejes v. sós) *1*, Joghurt gyümölcsös 125 gr *7* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej		
	En: 572 kj /136 kc; Feh:18,9 gr;Szh:47gr;Cuk:16,9gr;Só:0,8gr;Zsir:10,9 gr;Tzs:3,9 gr;Kalc:0 gr	En: 985 kj /235 kc; Feh:19,9 gr;Szh:35gr;Cuk:15,5gr;Só:1,8gr;Zsir:13,1 gr;Tzs:1,9 gr;Kalc:0 gr	En: 566 kj /135 kc; Feh:25,6 gr;Szh:31gr;Cuk:22,5gr;Só:1,3gr;Zsir:17,7 gr;Tzs:4,2 gr;Kalc:0 gr	En: 832 kj /198 kc; Feh:16,3 gr;Szh:38gr;Cuk:15,3gr;Só:1,8gr;Zsir:13,6 gr;Tzs:1,9 gr;Kalc:0 gr		

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:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: