

Heti étlap: 2026. 09. 07. - 2026. 09. 11. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 09. 07. hétfő	2026. 09. 08. kedd	2026. 09. 09. szerda	2026. 09. 10. csütörtök	2026. 09. 11. péntek	2026. 09. 12. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Hot-dog *1* En: 600 kj /143 kc; Feh:15,6gr Szh:19gr;Cuk:9,1gr;Só:2gr Zsir:13,1gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Kakaós tej *7*, Finom fonott kalács *1,3,6,7* En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsir:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Szójabab, Tej	Forralt tej *7*, Szendvicsskrém *7*, Kígyóborka, Kukoricás kenyér *1* En: 209 kj /50 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:7,9gr;Só:0,4gr Zsir:9,5gr;Tzs:5gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Kakaós tej *7*, Liga margarin *7*, Főtt kemény tojás *3*, Móraalmi búzakenyér *1* En: 157 kj /37 kc; Feh:8,9gr Szh:2gr;Cuk:11,5gr;Só:0,1gr Zsir:6,4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	Forralt tej *7*, Szendvics *1,3,7* En: 939 kj /224 kc; Feh:15,3gr Szh:30gr;Cuk:8,8gr;Só:1,3gr Zsir:11gr;Tzs:3,7gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej	
T í z ó r a i	Őszibarack En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Banán En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	Szilva 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	
E b é d	Alföldileves *9*, Tejbedara *1,7*, Kukoricás kenyér *1* En: 194 kj /46 kc; Feh:6,7gr Szh:18gr;Cuk:12,6gr;Só:0,4gr Zsir:4,5gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Zeller	Daragaluska-leves *1,3,9*, Csikóstokány *1,7,9*, Tésztaköret *1,3*, Félbarna kenyér *1* En: 1033 kj /246 kc; Feh:17,8gr Szh:47gr;Cuk:3,4gr;Só:1,2gr Zsir:15,1gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tésztaleves *1,3,9*, Burgonyafőzelék *7,9*, Fasírt kocka *1,3,9*, Kukoricás kenyér *1* En: 389 kj /93 kc; Feh:16,8gr Szh:31gr;Cuk:2gr;Só:1,7gr Zsir:9,5gr;Tzs:1,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Májgombóclevés *1,3,9*, Párolt hús *9*, Párolt rizs *9*, Móraalmi búzakenyér *1* En: 571 kj /136 kc; Feh:14,8gr Szh:41gr;Cuk:2,1gr;Só:1,3gr Zsir:12,7gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller	Gulyásleves *1,3,9,10,11*, Szilvágombóc *1*, Szemes -feles kenyér *1,11* En: 1098 kj /261 kc; Feh:10,9gr Szh:42gr;Cuk:11,5gr;Só:1gr Zsir:8,7gr;Tzs:0,3gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n n a	Gyermektea, Felvágott /Csirkemell sonka), Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Kukoricás kenyér *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Sárgarépa, Vaj 82%-os *7*, Félbarna kenyér *1* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7*, Medve kockasajt *7* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej	Gyermektea, Pereg (sajtos v. sós) 50 g *1,3* En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, Szemes -feles kenyér *1,11*, Paradicsom En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Szezámag	
	En: 803 kj /191 kc; Feh:22,3 gr;Szh:38gr;Cuk:23,3gr;Só:2,4gr;Zsir:17,6 gr;Tzs:4,1 gr;Kalc:0 gr	En: 1163 kj /277 kc; Feh:23,5 gr;Szh:48gr;Cuk:16,3gr;Só:1,3gr;Zsir:19,1 gr;Tzs:3,8 gr;Kalc:0 gr	En: 606 kj /144 kc; Feh:22,4 gr;Szh:34gr;Cuk:11,4gr;Só:2gr;Zsir:19 gr;Tzs:6,1 gr;Kalc:0 gr	En: 737 kj /175 kc; Feh:23,7 gr;Szh:43gr;Cuk:15,1gr;Só:1,4gr;Zsir:19 gr;Tzs:2,7 gr;Kalc:0 gr	En: 2045 kj /487 kc; Feh:26,2 gr;Szh:73gr;Cuk:21,8gr;Só:2,3gr;Zsir:19,7 gr;Tzs:4 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:Szulfitok; 13:Csilagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: