

Heti étlap: 2026. 09. 14. - 2026. 09. 18. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 09. 14. hétfő	2026. 09. 15. kedd	2026. 09. 16. szerda	2026. 09. 17. csütörtök	2026. 09. 18. péntek	2026. 09. 19. szombat
R e g g e l i	Forralt tej *7*, Baromfi párizsi (KOPÉ), Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Félbarna kenyér *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	Kakaós tej *7*, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, Kígyóborka, Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1* <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*, Vaj 82%-os *7*, Méz, Móraalmi búzakenyér *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*, Felvágott /sajtos párizsi/, Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Szemes-feles kifli v. zsemle *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	
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>	Kivi, Dörmi szelet 30 gr <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>	Körte <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>	
E b é d	Frankfurti leves *1,3,7,9,10,11*, Rántott halrúd *4*, Zöldséges bulgur *9*, Tartármártás *7,10*, Félbarna kenyér *1* <i>En: 693 kj /165 kc; Feh:18,4gr Szh:39gr;Cuk:2,5gr;Só:2,1gr Zsir:17gr;Tzs:2,2gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Csontleves *1,3,9*, Meggymártás *7*, Főtt hús, Mórai parasztkenyér *1* <i>En: 510 kj /121 kc; Feh:13,2gr Szh:25gr;Cuk:4,8gr;Só:1,2gr Zsir:6gr;Tzs:1,1gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Zöldborsóleves "F" *1,3,9*, Paprikás burgonya hússal *1,3,9,10,11*, Vegyesvágott savanyú, Móraalmi búzakenyér *1* <i>En: 294 kj /70 kc; Feh:9,5gr Szh:30gr;Cuk:3,5gr;Só:1gr Zsir:8,4gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezámag	BrokkolikréMLEVES zsemlekockával *1,7,9*, Natúr pulykamell *1,9*, Párolt zöldség (1/2) *7,9*, Párolt barnarizs (1/2) *9*, Kukoricás kenyér *1* <i>En: 621 kj /148 kc; Feh:16,6gr Szh:38gr;Cuk:1,1gr;Só:2,2gr Zsir:17,9gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tej, Zeller	Babgulyás (áttörve) *1,3,9,10,11*, Mákos metélt *1,3*, Félbarna kenyér *1* <i>En: 774 kj /184 kc; Feh:16gr Szh:42gr;Cuk:11,4gr;Só:0,8gr Zsir:12gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n n a	Gyermektea, Búrkifli v. ökörszem (ízestített) *1,3,7,8* <i>En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Dió	Gyermektea, Felvágott /pulykamell sonka/, Liga margarin *7*, Mórai 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, Tej	Gyermektea, Sós v. sajtos rúd *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	Gyermektea, Liga margarin *7*, Kukoricás kenyér *1*, Túrórudi (izes) *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, Kenőmájas, 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	
	<i>En: 770 kj /183 kc; Feh:22,8 gr;Szh:40gr;Cuk:11,7gr;Só:2,2gr;Zsir:20,1 gr;Tzs:4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 639 kj /152 kc; Feh:18,9 gr;Szh:27gr;Cuk:17,7gr;Só:1,4gr;Zsir:10 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 371 kj /88 kc; Feh:13,9 gr;Szh:31gr;Cuk:12,7gr;Só:1,1gr;Zsir:11,5 gr;Tzs:1,9 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 698 kj /166 kc; Feh:21 gr;Szh:39gr;Cuk:10,4gr;Só:2,3gr;Zsir:21 gr;Tzs:3,7 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 904 kj /215 kc; Feh:21,7 gr;Szh:44gr;Cuk:24,3gr;Só:1gr;Zsir:16 gr;Tzs:2,4 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:Szulfitok; 13:Csillagfűt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: