

Heti étlap: 2026. 10. 19. - 2026. 10. 23. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 10. 19. hétfő	2026. 10. 20. kedd	2026. 10. 21. szerda	2026. 10. 22. csütörtök	2026. 10. 23. péntek	2026. 10. 24. 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	Forralt tej *7*, Gabonapehely (kakaós) En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsir:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr Tej	Kakaós tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Trappista sajt *7*, Császárszemle 50 gr *1,11* 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, Szezámag	Kakaós tej *7*, Croissant (izes) 50 gr *1,3,7* 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, 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	Szilva 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	Sárgaborsóleves tarjával (áttörve) *9*, Tejbedara *1,7*, Félbarna kenyér *1* En: 540 kj /129 kc; Feh:17,7gr Szh:27gr;Cuk:12,8gr;Só:1,9gr Zsir:10gr;Tzs:3,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tej, Zeller	Tésztaleves *1,3,9*, Csikóstokány *1,7,9*, Tésztaköret *1,3*, Szemes -feles kenyér *1,11* En: 1072 kj /255 kc; Feh:16,2gr Szh:47gr;Cuk:3,2gr;Só:1,5gr Zsir:12,4gr;Tzs:1,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámag	Daragaluska-leves *1,3,9*, Paradicsomos húsos bab (áttörve) *9*, Párolt rizs *9*, Kukoricás kenyér *1* En: 420 kj /100 kc; Feh:13,1gr Szh:42gr;Cuk:4,1gr;Só:1gr Zsir:13,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller	Tojásleves *1,3,9,10,11*, Sült csirkecomb *9*, Burgonyapüré *7,9*, Őszibarack befőtt, Móraalmi búzakenyér *1* En: 395 kj /94 kc; Feh:21,8gr Szh:34gr;Cuk:1,8gr;Só:2,8gr Zsir:19,2gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag		
U z s o n n a	Gyermektea, Felvágott /pulykamell sonka/, Liga margarin *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, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), 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	Gyermektea, Sertéspárizsi (PICK), Liga margarin *7*, 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, Sajtkrém (tejszínes- téliszállamis) *7*, Kígyóborka, 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		
	En: 1149 kj /274 kc; Feh:33,3 gr;Szh:46gr;Cuk:23,5gr;Só:3,9gr;Zsir:23,1 gr;Tzs:6,1 gr;Kalc:0 gr	En: 1149 kj /274 kc; Feh:20,6 gr;Szh:48gr;Cuk:12,4gr;Só:1,6gr;Zsir:15,5 gr;Tzs:3,3 gr;Kalc:0 gr	En: 550 kj /131 kc; Feh:18,8 gr;Szh:43gr;Cuk:17gr;Só:1,2gr;Zsir:17,2 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:0 gr	En: 525 kj /125 kc; Feh:27,5 gr;Szh:35gr;Cuk:14,7gr;Só:2,9gr;Zsir:23,2 gr;Tzs:4,5 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: