

Heti étlap: 2026. 10. 26. - 2026. 10. 30. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 10. 26. hétfő	2026. 10. 27. kedd	2026. 10. 28. szerda	2026. 10. 29. csütörtök	2026. 10. 30. péntek	2026. 10. 31. 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*, Baromfi párizsi (KOPÉ), Liga margarin *7*, Kukoricás 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	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*, 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	
T í z ó r a i	Alma 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	Alma 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	Alma 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*, Lecsó *9*, Félbarna kenyér *1* En: 205 kj /49 kc; Feh:6,4gr Szh:16gr;Cuk:2,4gr;Só:1,7gr Zsir:8,3gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0gr Glutén, Zeller	Gombaleves galuskával *1,3,9*, Sertéspörkölt *1,3,9,10,11*, Tarhonya köret *1,3,9*, Csemege uborka, Móraalmi búzakenyér *1* En: 910 kj /217 kc; Feh:17gr Szh:44gr;Cuk:2,7gr;Só:1,8gr Zsir:12,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezámag	Húsleves *1,3,9*, Tükör tojás *3*, Parajfőzelék (1/2) *7,9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Kukoricás kenyér *1* En: 448 kj /107 kc; Feh:18,1gr Szh:22gr;Cuk:2,8gr;Só:1,4gr Zsir:21,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller	Tarhonyaleves *1,3,9*, Székelykáposzta *1,3,7,10,11*, Félbarna kenyér *1* En: 239 kj /57 kc; Feh:10,9gr Szh:12gr;Cuk:4,3gr;Só:0,9gr Zsir:6,3gr;Tzs:1gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	Babgulyás (áttörve) *1,3,9,10,11*, Tojásos tészta *1,3,7,9*, Móraalmi búzakenyér *1* En: 924 kj /220 kc; Feh:19,5gr Szh:48gr;Cuk:2,4gr;Só:1,6gr Zsir:13,7gr;Tzs:0,6gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag	
U z s o n n a	Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), 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, Liga margarin *7*, 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	Gyermektea, Májkrém (sertés), 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	Gyermektea, Vaj 82%-os *7*, Barackíz, 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, Baromfi párizsi (KOPÉ), Liga margarin *7*, 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: 813 kj /194 kc; Feh:22 gr;Szh:35gr;Cuk:13,1gr;Só:3,6gr;Zsir:21,4 gr;Tzs:3,5 gr;Kalc:0 gr	En: 1039 kj /247 kc; Feh:22,7 gr;Szh:46gr;Cuk:15,6gr;Só:1,9gr;Zsir:16,9 gr;Tzs:2,4 gr;Kalc:0 gr	En: 525 kj /125 kc; Feh:22,5 gr;Szh:23gr;Cuk:12gr;Só:1,5gr;Zsir:24,3 gr;Tzs:3,3 gr;Kalc:0 gr	En: 315 kj /75 kc; Feh:15,3 gr;Szh:13gr;Cuk:13,6gr;Só:1gr;Zsir:9,4 gr;Tzs:2,8 gr;Kalc:0 gr	En: 1089 kj /259 kc; Feh:28,4 gr;Szh:50gr;Cuk:15,4gr;Só:1,7gr;Zsir:20,1 gr;Tzs:3 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: