

Heti étlap: 2026. 10. 26. - 2026. 10. 30. A-menü / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 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
T iz ó r a i	Gyümölcsstea Hot-dog *1* <i>En: 910 kj /217 kc; Feh:18,7gr Szh:30gr;Cuk:7,4gr;Só:3,1gr Zsir:16,8gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén</i>	Kakaós tej *7* Finom fonott kalács *1,3,6,7* <i>En: 157 kj /37 kc; Feh:8,1gr Szh:2gr;Cuk:15,5gr;Só:0,2gr Zsir:5,7gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Szójabab, Tej</i>	Gyümölcsstea Baromfi párizsi (KOPÉ) Liga margarin *7* Kukoricás kenyér *1* <i>En: 24 kj /6 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:5gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Forralt tej *7* Gabonapehely (kakaós) <i>En: 124 kj /30 kc; Feh:8gr Szh:2gr;Cuk:14gr;Só:0,2gr Zsir:5,6gr;Tzs:3,4gr;Kalc:0gr</i> <i>Tej</i>	Gyümölcsstea Bundás kenyér *1,3* <i>En: 804 kj /191 kc; Feh:17,5gr Szh:23gr;Cuk:5,4gr;Só:0,7gr Zsir:25,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás</i>	
E b b é d	Alföldileves *9* Lecsó *9* Félbarna kenyér *1* <i>En: 422 kj /100 kc; Feh:12,5gr Szh:26gr;Cuk:4,1gr;Só:3,4gr Zsir:14,8gr;Tzs:2,5gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Zeller</i>	Gombaleves galuskával *1,3,9* Sertéspörkölt *1,3,9,10,11* Tarhonya köret *1,3,9* Csemege uborka Mórahalmi búzakenyér *1* <i>En: 1292 kj /308 kc; Feh:23,9gr Szh:63gr;Cuk:3,6gr;Só:2,6gr Zsir:17,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szezámag</i>	Sertésragu leves *1,3,9* Tükör tojás *3* Parajfőzelék (1/2) *7,9* Törött burgonya (1/2) *7* Kukoricás kenyér *1* <i>En: 662 kj /158 kc; Feh:25,4gr Szh:33gr;Cuk:4,2gr;Só:2,6gr Zsir:30,4gr;Tzs:2,1gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller</i>	Tarhonyaleves *1,3,9* Székelykáposzta *1,3,7,10,11* Félbarna kenyér *1* <i>En: 370 kj /88 kc; Feh:17,9gr Szh:18gr;Cuk:6,9gr;Só:2gr Zsir:10,5gr;Tzs:1,6gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag</i>	Babgulyás *1,3,9,10,11* Tojásos tészta *1,3,7,9* Alma Mórahalmi búzakenyér *1* <i>En: 1155 kj /275 kc; Feh:24,4gr Szh:60gr;Cuk:3gr;Só:1,9gr Zsir:17,2gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámag</i>	
U z s o n n a	Vajkrém (natúr v. magyaros) *7* TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Félbarna kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Liga margarin *7* Mórahalmi búzakenyér *1* Banán <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Májkrém (sertés) TV-Paprika (bocskor, Kárpia) Kukoricás kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén</i>	Vaj 82%-os *7* Barackíz Félbarna kenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	Baromfi párizsi (KOPÉ) Liga margarin *7* Mórahalmi búzakenyér *1* <i>En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsir:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr</i> <i>Glutén, Tej</i>	
	<i>En: 1332 kj /317 kc; Feh:31,3 gr;Szh:56gr;Cuk:11,5gr;Só:6,5gr;Zsir:31,6 gr;Tzs:3,3 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1449 kj /345 kc; Feh:32 gr;Szh:66gr;Cuk:19,1gr;Só:2,8gr;Zsir:32,3 gr;Tzs:3,4 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 686 kj /163 kc; Feh:25,4 gr;Szh:33gr;Cuk:9,3gr;Só:2,6gr;Zsir:30,5 gr;Tzs:2,1 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 494 kj /118 kc; Feh:25,9 gr;Szh:20gr;Cuk:20,9gr;Só:2,2gr;Zsir:16,1 gr;Tzs:5 gr;Kalc:0 gr</i>	<i>En: 1959 kj /466 kc; Feh:41,9 gr;Szh:84gr;Cuk:8,4gr;Só:2,7gr;Zsir:42,5 gr;Tzs:0,8 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:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Szakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: