Heti étlap: 2026. 11. 02. - 2026. 11. 06. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

Csólyospálosi Nyitnikék Óvoda és Mini Bölcsőde, 6135 Csólyospálos, Móra Ferenc utca 11.

	2026. 11. 02. hétfő	2026. 11. 03. kedd	2026. 11. 04. szerda	2026. 11. 05. csütörtök	2026. 11. 06. péntek	2026. 11. 07. szombat
Reggeli	**Forralt tej *7*, Liga margarin *7*, Barackíz, Császárzsemle 50 gr *1,11***	**Kakaós tej *7*, Búrkifli v. ökörszem (ízesített) *1,3,7,8***	**Forralt tej *7*, Vaj 82%-os *7*, Trappista sajt *7*, Császárzsemle 50 gr *1,11***	**Kakaós tej *7*, Liga margarin *7*, Főtt kemény tojás *3*, Félbarna kenyér *1***	**Forralt tej *7*, Hot-dog *1***	
	En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsír:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr *Glutén, Tej, Szezámmag*	*En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsír:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tojás, Tej, Dió*	*En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsír:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tej, Szezámmag*	*En: 157 kj /37 kc; Feh:8,9gr Szh:2gr;Cuk:11,5gr;Só:0,1gr Zsír:6,4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tojás, Tej*	*En: 600 kj /143 kc; Feh:15,6gr Szh:19gr;Cuk:9,1gr;Só:2gr Zsír:13,1gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tej*	
Tízórai	**Alma**	**Banán**	**Alma**	**Banán**	**Alma**	
	En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	*En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	*En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	*En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	*En: 0 kj /0 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:0gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	
Ebéd	**Alföldileves *9*, Rántott csirkehúsos falatkák *1,3*, Kukoricás rizs *9*, Tartármártás *7,10*, Félbarna kenyér *1***	**Pulykaragu leves *1,3,9*, Szárazbab főzelék (áttörve) *7*, Sült sertéscomb *9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Kukoricás kenyér *1*, Dörmi szelet 30 gr**	**Csontleves *1,3,9*, Bolognai spagetti *1,3,7,9*, Szemes -feles kenyér *1,11***	**Tarhonyaleves *1,3,9*, Natúr csirkemell *1,9*, Párolt zöldség (1/2) *7,9*, Törött burgonya (1/2) *7*, Félbarna kenyér *1***	**Húsleves *1,3,9*, Grízes tészta *1,3*, Mórahalmi búzakenyér *1***	
	En: 828 kj /197 kc; Feh:9,4gr Szh:45gr;Cuk:2,8gr;Só:1,6gr Zsír:20,7gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	*En: 563 kj /134 kc; Feh:28,2gr Szh:48gr;Cuk:4gr;Só:2,6gr Zsír:17,6gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller*	*En: 900 kj /214 kc; Feh:15,1gr Szh:33gr;Cuk:6gr;Só:1,6gr Zsír:11,2gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Szezámmag*	*En: 331 kj /79 kc; Feh:13,4gr Szh:28gr;Cuk:1,9gr;Só:1,4gr Zsír:10gr;Tzs:0,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller*	*En: 731 kj /174 kc; Feh:11,2gr Szh:37gr;Cuk:5,6gr;Só:0,7gr Zsír:3,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tojás, Zeller*	
Uzsonna	**Gyermektea, Kenőmájas, Félbarna kenyér *1***	**Gyermektea, Zala felvágott, Liga margarin *7*, Kígyóuborka, Kukoricás kenyér *1***	**Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Szemes -feles kenyér *1,11***	**Gyermektea, Bordás kifli (sima v. sajtos) 50 gr *1,7*, Medve kockasajt *7***	**Gyermektea, Sertéspárizsi (PICK), Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Mórahalmi búzakenyér *1***	
	En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr *Glutén*	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tej*	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tej, Szezámmag*	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tej*	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr* *Glutén, Tej*	
	En: 905 kj /215 kc; Feh:13,9 gr;Szh:46gr;Cuk:12gr;Só:1,7gr;Zsír:23, 8 gr;Tzs:4,3 gr;Kalc:0 gr	*En: 693 kj /165 kc; Feh:34 gr;Szh:50gr;Cuk:16,9gr;Só:2,7gr;Zsír:2 1,6 gr;Tzs:4,2 gr;Kalc:0 gr*	*En: 977 kj /233 kc; Feh:19,5 gr;Szh:34gr;Cuk:15,2gr;Só:1,7gr;Zsír:1 4,3 gr;Tzs:1,9 gr;Kalc:0 gr*	*En: 497 kj /118 kc; Feh:22,3 gr;Szh:30gr;Cuk:14,9gr;Só:1,6gr;Zsír:1 6,4 gr;Tzs:3,2 gr;Kalc:0 gr*	*En: 1340 kj /319 kc; Feh:26,8 gr;Szh:56gr;Cuk:16,2gr;Só:2,7gr;Zsír:1 6,8 gr;Tzs:2,4 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:Szezámmag; 12:Szulfitok; 13:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk. Int.vezető: Szakács: Dietetikus: Élelmezésvezető: