Heti étlap: 2026. 11. 23. - 2026. 11. 27. A-menü / Bölcsődei étkeztetés / 1-3 év

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

	2026. 11. 23. hétfő	2026. 11. 24. kedd	2026. 11. 25. szerda	2026. 11. 26. csütörtök	2026. 11. 27. péntek	2026. 11. 28. szombat
Reggeli	**Forralt tej *7*, Sajtkrém (tejszínes- téliszalámis) *7*, Kígyóuborka, Félbarna kenyér *1***	**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*, Kakaós csiga (teljes kiőrlésű) *1,3,7***	**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	*En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsír:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr*	*En: 68 kj /16 kc; Feh:4,4gr Szh:1gr;Cuk:7,7gr;Só:0,1gr Zsír:3,1gr;Tzs:1,9gr;Kalc:0gr*	*En: 121 kj /29 kc; Feh:5,7gr Szh:2gr;Cuk:11,4gr;Só:0,1gr Zsír:4gr;Tzs:2,4gr;Kalc:0gr*	*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	*Glutén, Tojás, Tej, Dió*	*Glutén, Tej, Szezámmag*	*Glutén, Tojás, Tej*	*Glutén, Tej*	
Tízórai	**Banán**	**Alma**	**Kivi**	**Alma**	**Banán**	
	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	**Frankfurti leves *1,3,7,9,10,11*, Szilvásgombóc *1*, Félbarna kenyér *1***	**Tojásleves *1,3,9,10,11*, Rántott halrúd *4*, Majonézes kukoricasaláta 1/2 *7,10*, Párolt barnarizs (1/2) *9*, Mórahalmi búzakenyér *1***	**Pulykaragu leves *1,3,9*, Burgonyafőzelék *7,9*, Májpástétom *1,3,9*, Gyűrűs ízes fánk 56 gr. *1,3,8,11*, Félbarna kenyér *1***	**Brokkolikrémleves zsemlekockával *1,7,9*, Sertéspörkölt *1,3,9,10,11*, Tarhonya köret *1,3,9*, Csemege uborka, Kukoricás kenyér *1***	**Gulyásleves *1,3,9,10,11*, Tejbedara *1,7*, Apró sajtos pogácsa *1,3,7*, Szemes -feles kenyér *1,11***	
	En: 1032 kj /246 kc; Feh:12,3gr Szh:39gr;Cuk:12,2gr;Só:2gr Zsír:11,7gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámmag	*En: 673 kj /160 kc; Feh:12,9gr Szh:28gr;Cuk:2,8gr;Só:1,7gr Zsír:16,6gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Hal, Tej, Zeller, Mustár, Szezámmag*	*En: 482 kj /115 kc; Feh:22,2gr Szh:31gr;Cuk:2,5gr;Só:1,7gr Zsír:13,8gr;Tzs:1,3gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Dió, Zeller, Szezámmag*	*En: 1159 kj /276 kc; Feh:16gr Szh:50gr;Cuk:1,9gr;Só:2,1gr Zsír:12,9gr;Tzs:1,2gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámmag*	*En: 333 kj /79 kc; Feh:11,3gr Szh:19gr;Cuk:12,6gr;Só:0,4gr Zsír:7,4gr;Tzs:1,8gr;Kalc:0gr Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szezámmag*	
Uzsonna	**Gyermektea, Zala felvágott, Liga margarin *7*, Zsemle (vizes) 52 gr-56 gr *1***	**Gyermektea, Kifli (tejes v. sós) *1*, Túrórudi (ízes) *7***	**Gyermektea, Sertéspárizsi (PICK), Liga margarin *7*, Paradicsom, Félbarna kenyér *1***	**Gyermektea, Vajkrém (natúr v. magyaros) *7*, Retek, Kukoricás kenyér *1***	**Gyermektea, Felvágott /Csirkemell sonka), Liga margarin *7*, TV-Paprika (bocskor, Kárpia), Szemes -feles kenyér *1,11***	
	En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	*En: 9 kj /2 kc; Feh:0gr Szh:0gr;Cuk:1,5gr;Só:0gr Zsír:0gr;Tzs:0gr;Kalc:0gr*	
	Glutén, Tej	*Glutén, Tej*	*Glutén, Tej*	*Glutén, Tej*	*Glutén, Tej, Szezámmag*	
	En: 1109 kj /264 kc; Feh:16,7 gr;Szh:40gr;Cuk:21,4gr;Só:2,1gr;Zsír:14,8 gr;Tzs:3,1 gr;Kalc:0 gr	*En: 802 kj /191 kc; Feh:18,6 gr;Szh:30gr;Cuk:15,7gr;Só:1,8gr;Zsír:20,6 gr;Tzs:3,7 gr;Kalc:0 gr*	*En: 559 kj /133 kc; Feh:26,7 gr;Szh:32gr;Cuk:11,7gr;Só:1,8gr;Zsír:16,9 gr;Tzs:3,2 gr;Kalc:0 gr*	*En: 1289 kj /307 kc; Feh:21,7 gr;Szh:52gr;Cuk:14,8gr;Só:2,2gr;Zsír:16,9 gr;Tzs:3,6 gr;Kalc:0 gr*	*En: 942 kj /224 kc; Feh:26,9 gr;Szh:38gr;Cuk:23,3gr;Só:2,4gr;Zsír:20,5 gr;Tzs:4,1 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: