

2020.01.01. 2020.01.03.	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA 1	CSÜTÖRTÖK 2	PÉNTEK 3	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI				Tej Gabonagolyó	Tej Almás rácsos	Az óvodás gyermekek minden nap kapnak a tízórai és ebéd között nyers zöldségeket- pl.:sárgarépa, káposzta, cékla, karalábé stb. Gyümölcsöket: pl.: alma, banán, barack, körte, szőlő,mandarin, narancs stb . Sütötök, savanyúkáposzta, kenyérdió-olajos magvak-.	
EBÉD			Karalábéleves Sertéspörkölt Tarhonya Savanyúság	Fejtett baleves füstölt hússal Túrós batyu / rendelt /	Zöldborsóleves Sült tarja Petrezselymes burgonya Savanyúság		
UZSONNA				Lapka sajt Teljes kiőrlésű vekni Kígyóuborka	Gyümölcsjoghurt Teljes kiőrlésű kifli		

. Az étlap tervezése, a kiszabot készítése a 37/2014 ( IV. 30 .) EMMI rendelet -közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásoknak megfelelően készül.

Az étlap változás jogát fenntartjuk

2020.01.06. 2020.01.10.	HÉTFŐ 6	KEDD 7	SZERDA 8	CSÜTÖRTÖK 9	PÉNTEK 10	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Ivólé Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Tejeskávé Csokis croissant	Tej Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Gyümölcstea Kolbászkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Gabonagolyó	Az óvodás gyermekek minden nap kapnak a tízórai és ebéd között nyers zöldségeket- pl.:sárgarépa, káposzta, cékla, karalábé stb. Gyümölcsöket: pl.: alma, banán, barack, körte, szőlő,mandarin, narancs stb . Sütötök, savanyúkáposzta, kenyérdió-olajos magvak-  Iskolások a tízórai, ebéd mellé kapnak + gyümölcsöket, zöldségfélétet, sütötököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Húsgombóc leves Burgonyás tészta Savanyúság Gyümölcs	Hamisgulyás leves Bazsalikomos csirkemáj Párolt rizs savanyúság Gyümölcs	Zellerleves Halfasírt Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér	Vegyes zöldségleves Borsos tokány Bulgur Savanyúság	Almaleves Csirkemell zabpelyhes - diós bundában Burgonyapüré Savanyúság		
UZSONNA	Lekváros – margarinos kenyér	Zsíros / margarinos kenyér Lilahagyma	Mini pizza Gyümölcs	Zala felvágott Margarin kenyér Paradicsom	Kockasajt Teljes kiőrlésű kifli		

. Az étlap tervezése, a kiszabot készítése a 37/2014 ( IV. 30 .) EMMI rendelet -közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásoknak megfelelően készül.  
Az étlap változás jogát fenntartjuk

2020.01.13. 2020.01.17.	HÉTFŐ 13	KEDD 14	SZERDA 15	CSÜTÖRTÖK 16	PÉNTEK 17	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea Halkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Tej Almás ráncos	Tejbedara kakaós szóráttal	Ivólé Szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Gyümölcsstea Snidlinges sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Az óvodás gyermekek minden nap kapnak a tízórai és ebéd között nyers zöldségeket- pl.:sárgarépa, káposzta, cékla, karalábé stb. Gyümölcsöket: pl.: alma, banán, barack, körte, szőlő,mandarin, narancs stb . Sütötök, savanyúkáposzta, kenyérdió-olajos magvak-.  Iskolások a tízórai, ebéd mellé kapnak + gyümölcsöket, zöldségfélétet, sütötököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Kertészleves Csirkepörkölt Galuska Savanyúság	Pirított kiskagylóleves Paprikás burgonya virslivel / kolbásszal Savanyúság	Vegyes zöldségleves Paradicsomos húsgombóccal Félbarna kenyér Gyümölcs	Rántott leves kiflikarikával Rakott kelkáposzta Gyümölcs	Húsleves Főtt hús Tört burgonya Meggymártás		
UZSONNA	Müzli szelet Gyümölcs	Pizzasonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Tojáskrém Félbarna kenyér Paprika	Mogyorókrémes kenyér	Natúr joghurt Kifli		

. Az étlap tervezése, a kiszabot készítése a 37/2014 ( IV. 30 .) EMMI rendelet -közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásoknak megfelelően készül.  
Az étlap változás jogát fenntartjuk

2020.01.20. 2020.01.24.	HÉTFŐ 20	KEDD 21	SZERDA 22	CSÜTÖRTÖK 23	PÉNTEK 24	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Kakaó Kuglóf	Tej Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Ivólé Sonkakrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Tej Márvány kifli	Az óvodás gyermekek minden nap kapnak a tízórai és ebéd között nyers zöldségeket- pl.:sárgarépa, káposzta, cékla, karalábé stb. Gyümölcsöket: pl.: alma, banán, barack, körte, szőlő,mandarin, narancs stb . Sütötök, savanyúkáposzta, kenyérdió-olajos magvak-  Iskolások a tízórai, ebéd mellé kapnak + gyümölcsöket, zöldségfélétet, sütötököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Lebbencsleves Csikós tokány Főtt tészta Gyümölcs	Hagymaleves Panírozott halfilé sajtszósszal Burgonyapüré Gyümölcs	Karfiolleves Sült csirkecomb Zöldséges bulgur Gyümölcs	Tavaszi zöldségleves Rúdfasírozott Burgonya főzelék Gyümölcs	Palócleves Ízes bukta Gyümölcs		
UZSONNA	Mézes – margarinos kenyér	Szárnyas májkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Sajtos rúd	Túró Rudi Korpás keksz	Kockasajt Teljes kiőrlésű kifli		

. Az étlap tervezése, a kiszabot készítése a 37/2014 ( IV. 30 .) EMMI rendelet -közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásoknak megfelelően készül.  
Az étlap változás jogát fenntartjuk

2020.01.27. 2020.01.31.	HÉTFŐ 27	KEDD 28	SZERDA 29	CSÜTÖRTÖK 30	PÉNTEK 31	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Gyümölcstea Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Ivólé Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Tej Almás rácsos	Tejbedara fahéjas szórattal	Tej Kakaós kalács	Az óvodás gyermekek minden nap kapnak a tízórai és ebéd között nyers zöldségeket- pl.:sárgarépa, káposzta, cékla, karalábé stb. Gyümölcsöket: pl.: alma, banán, barack, körte, szőlő,mandarin, narancs stb . Sütőtök, savanyúkáposzta, kenyérdió-olajos magvak-.  Iskolások a tízórai, ebéd mellé kapnak + gyümölcsöket, zöldségféléket, sütőtököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Babgulyás Mogyorókrémes minigombóc Gyümölcs	Daragaluska leves Bakonyi csirkeragu Párolt rizs	Alföldi zöldségleves Rakott zöldbab Gyümölcs	Tarhonyaleves Sült tarja Paradicsomos káposzta	Vegyes gyümölcsleves Rántott csirkemell Burgonyapüré Savanyúság		
UZSONNA	Kefir Kifli	Piskóta szelet Gyümölcs	Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Halkrémes kenyér Kígyóuborka	Gyümölcs joghurt Teljes kiőrlésű kifli		

. Az étlap tervezése, a kiszabot készítése a 37/2014 ( IV. 30 .) EMMI rendelet -közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásoknak megfelelően készül.

Az étlap változás jogát fenntartjuk

