

2020.10.05- 2020.10.09.	HÉTFŐ 5	KEDD 6	SZERDA 7	CSÜTÖRTÖK 8	PÉNTEK 9	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea Kenőmájas Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tej Csokis párna	Tejeskávé Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Tej Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Ivólé Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	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, zöldségfélét, sütőtököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Frankfurti leves Burgonyás tészta Savanyúság Gyümölcs	Vegyes zöldségleves Székelykáposzta Gyümölcs	Nudlileves Zúzapörkölt Bulgur Savanyúság Gyümölcs	Tarhonyaleves Tükörtojás Tört burgonya Sóskamártás Gyümölcs	Zöldborsóleves Szezámagos rántott csirkemell Burgonyapüré Savanyúság Gyümölcs		
UZSONNA	Túró Rudi Korpás keksz	Tavaszi szelet Teljes kiőrlésű vegni Kígyóuborka	Mézes- margarinos kenyér	Meggyes rácsos	Gyümölcsjoghurt 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

2020.10.12- 2020.10.16.	HÉTFŐ 12	KEDD 13	SZERDA 14	CSÜTÖRTÖK 15	PÉNTEK 16	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea Kolbászkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Kakaó Ízes bukta	Tej Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Tej Löncs felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Gyümölcsstea 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 . Sütőtök, savanyúkáposzta, kenyérdió-olajos magvak- Iskolások a tízórai, ebéd mellé kapnak + gyümölcsöket, zöldségféléket, sütőtököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Tárkonyos raguleves Diós tészta Gyümölcs	Karalábéleves Húsos rakott burgonya Gyümölcs	Csontleves Sült csirke Egresmártás Gyümölcs	Fejtett bableves Magyaros csirkemáj Párolt rizs Savanyúság Gyümölcs	Hagymaleves Panírozott halfilé sajtszósszal Petrezselymes burgonya Savanyúság Gyümölcs		
UZSONNA	Kockasajt Kifli	Olasz felvágott Teljes kiőrlésű zsemle Paprika	Lekváros-margarinos kenyér	Croissant	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

2020.10.19- 2020.10.23.	HÉTFŐ 19	KEDD 20	SZERDA 21	CSÜTÖRTÖK 22	PÉNTEK 23	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Ivólé Szárnyas májkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Tej Márvány kifli	Tej Briós	Gyümölcstea Májusi csemege Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		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, zöldségfélétet, sütőtököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Zöldbableves Milánói makaróni	Tavaszi zöldségleves Sült tarja / oldalas Paradicsomos káposzta Gyümölcs	Reszelt tésztaleves Sertéspörkölt Bulgur Gyümölcs	Májgaluskaleves Sült csirke Almamártás Savanyúság			
UZSONNA	Mese keksz Gyümölcs	Zsíros / margarinos kenyér Lilahagyma	Lapka sajt Zsemle Kígyóuborka	Mini pizza			

. 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

2020.10.26- 2020.10.30.	HÉTFŐ 26	KEDD 27	SZERDA 28	CSÜTÖRTÖK 29	PÉNTEK 30	SZOMBAT	VASÁRNAP
TÍZÓRAI	Gyümölcstea Sonkakrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Karamell Kakaós csiga	Tej Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Tej Sajtos kis kifli	Gyümölcstea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	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, zöldségfélétet, sütőtököt, olajos magvakat, savanyúkáposztát.	
EBÉD	Gulyásleves Mákos tészta Gyümölcs	Paradicsomleves Bácskai rizseshús Gyümölcs	Zellerleves Halfasírt Lencsefőzelék Gyümölcs	Alföldi zöldségleves Rakott karfiol Gyümölcs	Brokkolikrém leves Búbos hús Burgonyapüré Savanyúság Gyümölcs		
UZSONNA	Piskóta szelet Gyümölcs	Zala felvágott Teljes kiőrlésű vekni Paprika	Mézes – margarinos kenyér	Kópé szelet Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka	Gyümölcs 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

