

2017. január 30 - február 05.							
FRUKTÓZMENTES ISKOLÁS 3X	Hétfő 01. 30.	Kedd 01. 31.	Szerda 02. 01.	Csütörtök 02. 02.	Péntek 02. 03.	Szombat 02. 04.	Vasárnap 02. 05.
Tízórai			Házi vaníliás puding szőlőcukorral Kifli	Tea szőlőcukorral Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tejeskávé szőlőcukorral Teavaj Teljes kiőrlésű kifli		
Ebéd			Köményleves sajtos krutonnal Azték csirkefalatok szőlőcukorral Párolt rizs	Nyírségi raguleves Piskóta kocka szőlőcukorral csokoládés öntet szőlőcukorral	Paradicsomleves szőlőcukorral Grillfűszeres sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Vitaminsaláta szőlőcukorral		
Uzsonna			Turista szalámi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Párizsi Margarin Zsemle	Tökmagvas pogácsa		

2017. február 06-12.

FRUKTÓZMENTES ISKOLÁS 3X	Hétfő 02. 06.	Kedd 02. 07.	Szerda 02. 08.	Csütörtök 02. 09.	Péntek 02. 10.	Szombat 02. 11.	Vasárnap 02. 12.
Tízórai	Tej Szendvicssonka Margarin Zsemle	Tea szőlőcukorral Körözött Félbarna kenyér	Tea szőlőcukorral Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kifli	Kakaó szőlőcukorral Sós fonott	Tea szőlőcukorral Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa korong		
Ebéd	Magyaros zellerleves Csirkehúsos rizottó reszelt sajttal	Csontleves Vagdalt pogácsa Zöldborsófőzelék szőlőcukorral Teljes kiőrlésű kenyér	Gulyásleves Sajtos-tejfölös tészta Félbarna kenyér	Lencseleves Sertéspörkölt Tökfőzelék szőlőcukorral Teljes kiőrlésű kenyér	Kukorica krémleves szőlőcukorral Rántott halfilé Párolt rizs Párolt angolos brokkoli Joghurtos öntet		
Uzsonna	Kenőmájas Félbarna kenyér Zöldpaprika	Füstölt sajt szelet Margarin Zsemle Kígyóborka	Tepertőkrém Félbarna kenyér Lilahagyma	Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér Paradicsom	Natúr joghurt Korpás keksz		

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról érdeklődjene a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük!

2017. február 13-19.							
FRUKTÓZMENTES ISKOLÁS 3X	Hétfő 02. 13.	Kedd 02. 14.	Szerda 02. 15.	Csütörtök 02. 16.	Péntek 02. 17.	Szombat 02. 18.	Vasárnap 02. 19.
Tízórai	Tea szőlőcukorral Pástétom Zsemle	Tea szőlőcukorral Vaníliás túrókrém szőlőcukorral Zsemle	Tea szőlőcukorral Uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Jégsaláta	Tej Margarin Teljes kiőrlésű sajtos stangli	Tej Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér		
Ebéd	Zöldségleves Sült virsli Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldborsóleves Hentes tokány Főtt tészta	Reszelttészta leves Paradicsomos húsgombóc szőlőcukorral Főtt burgonya	Tárkonyos- tejfölös vadraguleves Darás metélt Vaníliás öntet szőlőcukorral	Brokkolileves Rántott sertésszelet Petrezselymes rizs Csalamádé édesítőszerrel		
Uzsonna	Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Kígyóuborka	Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Reszelt sajt Margarin Zsemle	Toast sonka Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika	Kocka sajt Kifli		

2017. február 20-26.

FRUKTÓZMENTES
ISKOLÁS 3X**Hétfő**
02. 20.**Kedd**
02. 21.**Szerda**
02. 22.**Csütörtök**
02. 23.**Péntek**
02. 24.**Szombat**
02. 25.**Vasárnap**
02. 26.**Tízórai**Tej
Csemege karaj
Margarin
ZsemleTea szőlőcukorral
Tojáskarika
Margarin
ZsemleTea szőlőcukorral
Lilahagymás-
petrezselymes
halkrém
ZsemleTejbedara
kakaós-
szőlőcukor szóratTea szőlőcukorral
Zala felvágott
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom**Ebéd**Tojásleves
Tavaszi rizseshús
Csemege uborka
édesítőszerrelVajas galuskaleves
Paradicsomos-húsos
káposzta
szőlőcukorral
Teljes kiőrlésű kenyérPalócleves
Túrós metélt
Teljes kiőrlésű
kenyérMagyaros
gombaleves
Rakott burgonya
Céklasaláta
édesítőszerrelDarakrémleves
Görög
fűszeres sertésszelet
Sárgarépas rizs
Ecetes almapaprika
édesítőszerrel**Uzsonna**Sajtkrém
Teljes kiőrlésű
kenyér
PóréhagymaEdami sajt szelet
Margarin
Félbarna kenyér
ZöldpaprikaGépsonka
Margarin
Félbarna kenyér
KígyóuborkaKenőmájas
Teljes kiőrlésű
zsemle
JégcsapretekBaromfi párizsi
Margarin
Zsemle

2017. február 27 - március 05.							
FRUKTÓZMENTES ISKOLÁS 3X	Hétfő 02. 27.	Kedd 02. 28.	Szerda 03. 01.	Csütörtök 03. 02.	Péntek 03. 03.	Szombat 03. 04.	Vasárnap 03. 05.
Tízórai	Tej Tavaszi felvágott Margarin Zsemle	Tea szőlőcukorral Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika					
Ebéd	Rizsleves Mexikói chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves levesgyönggyel Ázsiai zöldséges tészta szőlőcukorral pirított csirkefalatokkal					
Uzsonna	Magyaros vajkrém Félbarna kenyér Jégcsapretek	Csirkemell sonka Margarin Zsemle					

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról érdeklődjenek a konyhai személyzetnél! A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük!