

2017. január 30 - február 05.							
KALÓRIASZEGÉNY 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 barackos joghurt diab. Kifli	Tea diab. Sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom	Tejeskávé diab. Margarin Teljes kiőrlésű kifli		
Ebéd			Köményleves Azték csirkefalatok diab. Párolt rizs Gyümölcs	Nyírségi zöldségleves Sertésragu Süttőtökfőzelék diab. Gyümölcs	Paradicsomleves diab. Grillfűszeres sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Vitaminsaláta diab.		
Uzsonna			Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka	Párizsi Margarin Zsemle	Tökmagvas pogácsa Gyümölcs		

2017. február 06-12.

KALÓRIASZEGÉNY
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 Gyümölcsíz diab. Margarin Teljes kiőrlésű zsemle	Gyümölcstea diab. Körözött- joghurtból Zsemle	Tea diab. Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kifli	Kakaó diab. Margarin Teljes kiőrlésű kifli	Tea diab. Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Sárgarépa korong		
Ebéd	Magyaros zellerleves Csirkehúsos- zöldséges rizottó reszelt light sajttal Gyümölcs	Csontleves Vagdalt pogácsa Zöldborsófőzelék diab.	Gulyásleves Sajtos-joghurtos tészta Gyümölcs	Lencseleves Sertéspörkölt Tökfőzelék diab.	Kukorica krémleves diab. Sült halfilé Párolt rizs Párolt angolos brokkoli Joghurtos öntet diab.		
Uzsonna	Kenőmájas Zsemle Zöldpaprika	Füstölt sajt szelet Margarin Zsemle Kígyóborka	Sajtkrém Zsemle Lilahagyma	Zala felvágott Margarin Zsemle Paradicsom	Natúr joghurt Korpás keksz		

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

2017. február 13-19.

KALÓRIASZEGÉNY ISKOLÁS 3X	Hétfő 02. 13.	Kedd 02. 14.	Szerda 02. 15.	Csütörtök 02. 16.	Péntek 02. 17.	Szombat 02. 18.	Vasárnap 02. 19.
Tízórai	Tej Zabpehely	Tea diab. Vaníliás krémtúró joghurtból diab. Zsemle	Tea diab. Uborkás tojáskrémmel diab. Teljes kiőrlésű zsemle Jégsaláta	Tej Margarin Teljes kiőrlésű sajtos stangli	Tej Gyümölcsíz diab. Margarin Teljes kiőrlésű zsemle		
Ebéd	Zöldségleves Sült virsli Burgonyafőzelék Gyümölcs	Zöldborsóleves Hentes tokány Petrezselymes bulgur	Zöldségleves Paradicsomos húsgombóc diab. Főtt burgonya	Tárkonyos vadráguleves Meggyes-mákos guba diab. vaníliás öntettel diab. Gyümölcs	Joghurtos almaleves diab. Fűszeres sertésszelet Zöldséges rizs Csalamádé édesítószerrel		
Uzsonna	Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka	Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek	Reszelt light sajt Margarin Zsemle	Toast sonka Margarin Zsemle Zöldpaprika	Light kocka sajt Kifli		

2017. február 20-26.

KALÓRIASZEGÉNY
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 Briós cukor nélkül	Tea diab. Tojáskarika Margarin Zsemle	Tea diab. Lilahagymás- petrezselymes halkrém Zsemle	Tejbedara diab. kakaós szórattal diab.	Tea diab. Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom		
Ebéd	Tojásleves Tavaszi rizseshús Csemege uborka édesítőszerrel Gyümölcs	Galuskaleves Paradicsomos-húsos káposzta diab.	Palócleves Túrós metélt Gyümölcs	Magyaros gombaleves Zöldséges rakott burgonya Céklasaláta édesítőszerrel	Vegyes gyümölcsleves diab. Görög fűszeres sertésszelet Sárgarépas rizs Ecetes almapaprika édesítőszerrel		
Uzsonna	Sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Póréhagyma	Edami sajt szelet Margarin Zsemle Zöldpaprika	Gépsonka Margarin Zsemle Kígyóuborka	Kenőmájas Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek	Kefír Abonett		

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

2017. február 27 - március 05.							
KALÓRIASZEGÉNY 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 Teljes kiőrlésű zsemle	Tea diab. Zöldfűszeres túrókrém joghurtból Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika					
Ebéd	Zöldségleves Mexikói chilis bab Gyümölcs	Zellerkrémleves Ázsiai zöldséges tészta diab. pirított csirkefalatokkal					
Uzsonna	Magyaros vajkrém Zsemle Jégcsapretek	Csirkemell sonka Margarin Zsemle					

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