

2017. május 01-07.

KALÓRIASZEGÉNY KÖZÉPISKOLÁS 3X	Hétfő 05. 01.	Kedd 05. 02.	Szerda 05. 03.	Csütörtök 05. 04.	Péntek 05. 05.	Szombat 05. 06.	Vasárnap 05. 07.
Tízórai		Tej Margarin Teljes kiőrlésű zsemle	Tea diab. Joghurtos túró Teljes kiőrlésű zsemle	Kakaó diab. Margarin Teljes kiőrlésű zsemle	Tea diab. Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű zsemle		
Ebéd		Zöldségleves Sült virsli Tököfőzelék diab.	Vad raguleves Sajtos- joghurtos tészta Gyümölcs	Daragaluskaleves Sertéspörkölt Kelkáposztafőzelék	Zöldborsóleves Grillfűszeres csirkecomb filé Petrezselymes burgonya Céklasaláta édesítőszerrel Gyümölcs		
Uzsonna		Sajtkrém Zsemle Zöldpaprika	Szendvics sonka Margarin Zsemle Retek	Light sajt szelet Margarin Zsemle Újhagyma	Natúr joghurt Puffasztott rizsszelet		

2017. május 08-14.

KALÓRIASZEGÉNY
KÖZÉPISKOLÁS
3X

	Hétfő 05. 08.	Kedd 05. 09.	Szerda 05. 10 .	Csütörtök 05. 11.	Péntek 05. 12.	Szombat 05. 13.	Vasárnap 05. 14.
Tízórai	Tej Zabpehely	Tea diab. Zöldséges felvágott Margarin Zsemle	Tea diab. Citromos- vaníliás túrókrém diab. Zsemle	Kakaós tej diab. Margarin Zsemle	Tea diab. Uborkás tojáskrém diab. Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom		
Ebéd	Petrezselymes zellerleves Mexikói rizseshús Káposztasaláta diab.	Májgombóclevés Sertéssült Zöldbabfőzelék Gyümölcs	Fokhagyma krémleves Lasagne diab. zöldségekkel	Tojásleves Szárnyas roló Tejfölös burgonyafőzelék Gyümölcs	Meggye leves diab. Sült halfilé Zöldséges rizs Joghurtos öntet		
Uzsonna	Zöldfűszeres vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika	Reszelt light sajt Margarin Zsemle Póréhagyma	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka	Pizzasonka Margarin Zsemle Retek	Sajtos rúd		

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

2017. május 15-21.							
KALÓRIASZEGÉNY KÖZÉPISKOLÁS 3X	Hétfő 05. 15.	Kedd 05. 16.	Szerda 05. 17.	Csütörtök 05. 18.	Péntek 05. 19.	Szombat 05. 20.	Vasárnap 05. 21.
Tízórai	Tej Zöldséges felvágott Margarin Zsemle	Tea diab. Edami sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű zsemle	Natúr joghurt Kifli	Tea diab. Snidlinges túrókrém Teljes kiőrlésű zsemle	Tejeskávé diab. Margarin Zsemle		
Ebéd	Kertészleves Pritaminos szárnyastokány Párolt rizs	Húsgombóclevés Főtt tojás Parajfőzelék Főtt burgonya Gyümölcs	Paradicsomleves diab. Rakott karfiol	Frankfurti leves Főtt sertésszelet Almamártás diab. Pirított dara	Sütőtök krémleves diab. Sült csirkecomb Citromos- margarinos répatallér Petrezselymes bulgur Gyümölcs		
Uzsonna	Vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Póréhagyma	Kenőmájas Zsemle Paradicsom	Füstölt párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka	Csemege karaj Margarin Zsemle Zöldpaprika	Light kocka sajt Teljes kiőrlésű kifli Retek		

2017. május 22-28.							
KALÓRIASZEGÉNY KÖZÉPISKOLÁS 3X	Hétfő 05. 22.	Kedd 05. 23.	Szerda 05. 24.	Csütörtök 05. 25.	Péntek 05. 26.	Szombat 05. 27.	Vasárnap 05. 28.
Tízórai	Tej Lekvár diab. Margarin Teljes kiőrlésű zsemle	Tea diab. Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégsaláta	Tea diab. Főtt virsli Margarin Zsemle	Kakaós tej diab. Sós fonott	Tea diab. Párizsi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Paradicsom		
Ebéd	Galuskaleves Pusztapörkölt Csemege uborka édesítőszerrel Gyümölcs	Lebbencsleves szalonna nélkül Vagdalt pogácsa Zöldborsófőzelék diab.	Sertés raguleves Túrós metélt Gyümölcs	Zöldségleves Paradicsomos- húsos káposzta diab.	Zsúrmókaleves Sült halfilé Párolt kukorica joghurtos öntettel Sárgarépa rizs		
Uzsonna	Sajtkrém Zsemle Kígyóuborka	Reszelt light sajt Margarin Zsemle	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle Retek	Gépsonka Margarin Zsemle Zöldpaprika	Toast sonka Margarin Zsemle Gyümölcs		

2017. május 29 - június 04.							
KALÓRIASZEGÉNY KÖZÉPISKOLÁS 3X	Hétfő 05. 29.	Kedd 05. 30.	Szerda 05. 31.	Csütörtök 06. 01.	Péntek 06. 02.	Szombat 06. 03.	Vasárnap 06. 04.
Tízórai	Tej Kakaós krém diab. Zsemle	Tea diab. Mediterrán halkrém Teljes kiőrlésű zsemle	Tea diab. Joghurtos túró Teljes kiőrlésű zsemle				
Ebéd	Tejfölös karalábéleves Bácskai rizseshús zöldségekkel Céklasaláta édesítószerrel	Csontleves Csigatésztával Főtt sertésszelet Gyümölcsmártás diab. Pirított dara	Brokkolileves Bolognai spagetti diab. Reszelt light sajttal Gyümölcs				
Uzsonna	Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Kígyóuborka	Csirkemell sonka Margarin Zsemle Zöldpaprika	Tavaszi felvágott Margarin Zsemle Retek				