

2016. augusztus 29-szeptember 04.

KALÓRIASZEGÉNY ISKOLÁS 3X	Hétfő 08. 29.	Kedd 08. 30.	Szerda 08. 31.	Csütörtök 09. 01.	Péntek 09. 02.	Szombat 09. 03.	Vasárnap 09. 04.
Tízórai				Kakaó diab. Margarin Búzakorpás rúd	Tea diab. Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka		
Ebéd				Reszelttészta leves Zöldfűszeres aprópecsenye Zöldbabfőzelék Gyümölcs	BrokkolikréMLEVES Sült csirkecomb Párolt rizs Savanyúság		
Uzsonna				Reszelt light sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégcsapretek	Kockasajt Kifli		

2016. szeptember 05-11.							
KALÓRIASZEGÉNY ISKOLÁS 3X	Hétfő 09. 05.	Kedd 09. 06.	Szerda 09. 07.	Csütörtök 09. 08.	Péntek 09. 09.	Szombat 09. 10.	Vasárnap 09. 11.
Tízórai	Tej Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér	Tea diab. Körözött Teljes kiőrlésű kenyér	Tea diab. Hagymás májas Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tea diab. Light sajt szelet Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika	Tea diab. Főtt virsli Margarin Hot-dog kifli Paradicsom		
Ebéd	Zöldségleves Sertéspörkölt Kapos- tejfölös tökfőzelék diab.	Fokhagymakrémleves Sült csirkecomb Mediterrán sült rizs diab. Gyümölcs	Gulyásleves (burgonya nélkül) Almás rakott tészta diab. Gyümölcs	Köményleves Vagdalt pogácsa Finomfőzelék diab.	Paradicsomleves diab. Sült halfilé Petrezselymes burgonya Párolt zöldség Savanyúság		
Uzsonna	Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika	Gépsonka Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka	Párizsi Margarin Félbarna kenyér	Magyaros vajkrém Félbarna kenyér	Natúr joghurt Teljes kiőrlésű kifli		

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

2016. szeptember 12-18.							
KALÓRIASZEGÉNY ISKOLÁS 3X	Hétfő 09. 12.	Kedd 09. 13 .	Szerda 09. 14.	Csütörtök 09. 15	Péntek 09. 16.	Szombat 09. 17 .	Vasárnap 09. 18.
Tízórai	Tej Sós fonott	Tea diab. Reszelt light sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika	Tea diab. Házi meggyes túrókrém diab. Zsemle	Kakaó diab. Burgonyás pogácsa	Tea diab. Tojáskarika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma		
Ebéd	Tejfölös karalábéleves Pusztapörkölt zöldségekkel Savanyúság	Tavaszeleves Paradicsomos- zöldbabos csirkemell diab. Petrezeles bulgurral Gyümölcs	Csontleves Vadas tokány diab. Főtt tészta Gyümölcs	Burgonyaleves Paradicsomos húsos káposzta diab.	Zellerkrémleves Grillfűszeres sertésszelet Párolt köles Párolt zöldség		
Uzsonna	Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	.Zöldséges felvágott Margarin Kifli	Füstölt párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Petrezeles sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek	Gesztenyekrém diab. Abonett		

2016. szeptember 19-25.							
KALÓRIASZEGÉNY ISKOLÁS 3X	Hétfő 09. 19.	Kedd 09. 20.	Szerda 09. 21.	Csütörtök 09. 22.	Péntek 09. 23.	Szombat 09. 24.	Vasárnap 09. 25.
Tízórai	Tej Gyümölcsíz diab. Margarin Félbarna kenyér	Tea diab. Snidlinges túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tea diab. Csemege karaj Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Pudingos dara diab. Kakaós szórat diab.	Tea diab. Házi halkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom		
Ebéd	Húsgaluska leves Főtt tojás Parajfőzelék diab. Főtt burgonya	Borókás vadráguleves Káposztás kocka diab.	Vegyes gyümölcsleves diab. Sült csirkemell Sárgarépas rizs Friss vegyes saláta joghurtos öntettel	Kertészleves Sült virsli Zöldborsófőzelék diab. Gyümölcs	Tejfölös gombaleves Zöldborsós szárnyasragu Párolt bulgur Gyümölcs		
Uzsonna	Kenőmájas Teljes kiőrlésű zsemle Kápia paprika	Csirkemell sonka Margarin Zsemle Kígyóuborka	Sajtos pogácsa Gyümölcs	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma	Natúr joghurt Korpovit keksz		

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

2016. szeptember 26-október 02.

KALÓRIASZEGÉNY ISKOLÁS 3X	Hétfő 09. 26.	Kedd 09. 27.	Szerda 09. 28.	Csütörtök 09. 29.	Péntek 09. 30.	Szombat 10. 01.	Vasárnap 10. 02.
Tízórai	Tej Tavaszi felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Tea diab. Diós- zöldfűszeres túrókrém Zsemle	Tea diab. Light sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Tea diab. Májkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Tea diab. Tojás karika Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Jégsaláta		
Ebéd	Tejfölös karfiolleves Bácskai rizseshús Savanyúság Gyümölcs	Daragaluskaleves Zöldfűszeres húskenyér szelet Párolt zöldség	Zöldborsóleves Bolognai spagetti diab. Reszelt light sajttal Gyümölcs	Fahéjas barackleves diab. Rakott brokkoli	Magyaros zöldbableves Sajtos sült halfilé Párolt zöldség Főtt burgonya Savanyúság		
Uzsonna	Sajtkrém Zsemle Paradicsom	Pizzasonka Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka	Zöldfűszeres vajkrém Félbarna kenyér Retek	Sajtos párizsi Margarin Zsemle	Sajtos perec		

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