

**Általános Iskolák konyhái**  
**Kímélő étrend**

# É T L A P



**2018. december 3 - 7.**  
**49. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tea, zala felvágott, kenyér	Tea, májkrémes kenyér	Tea, alpesi felvágott, margarinos zsemle	Gyümölcsle, főtt virsli, kenyér	Tea, főtt tojáskarika, margarinos kenyér
<b>Ebéd</b>	Májgaluska-leves Aprósült Brokkolifőzelékpüre Alma	Grízgaluskaleves Csemege pulykasült Tört burgonya Meggybefőtt	Reszeltésztaleves Töltött sertés szelet Petrezselymes rizs Őszibarackbefőtt	Tavaszelevespüre Almával párolt sertés szelet Bulgur Csokimikulás	Sertésraguleves Darás metélt Alma
<b>Uzsonna</b>	Sonkakrémes zsemle	Kockasajt, kifli	Párizsi, zsemle	Reszelt sajt, margarinos kifli	Kefir, zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntart

# É T L A P

2018. december 10 - 15.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tea, sonka, zsemle	Tea, főtt tojás karikák, margarin, kenyér	Tea, főtt virsli, kenyér	Limonádé, reszelt sajt, margarinos fehér kenyér	Kefir, kifli	Tea, baromfi párizsi, margarinos zsemle
Ebéd	Grízgaluskaleves Aprósült Burgonyafőzelék rántva	Húsgombóclevés Diétás rizseshús Meggybefőtt Banán	Rizsleves Natúr szelet Petrezselymes burgonya Cseresznyebefőtt	Zöldségleves Zöldfűszeres hal Sárgarépás rizs Őszibarackbefőtt	Marhaerőleves Aprósült Tökfőzelék rántva Alma	Köménymagleves Almával párolt s. szelet Törtburgonya
Uzsonna	Zöldfűszeres kockasajt, kenyér	Párizsi, hami rúd, alma	Májkrémes kenyér	Kapros túrókrém, zsemle	Zala felvágott, margarinos mixes zsemle	Vajkrémes császárszemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntart

# É T L A P

2018. december 17 - 21.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sonka, margarin, kenyér	Joghurt, kifli	Tea, zala felvágott, margarinos zsemle	Tea, kockasajt, kenyér	Tea, parizer, vitaminos margarinos kifli
Ebéd	Zöldséges karfiolleves-püre Natúrszelet Sárgarépás rizs Őszibarackbefőtt	Tavaszipüve Diétás húsos tészta Almabefőtt Gyümölcs	Köménymagleves Natúr csirkemáj Margarinos burgonya Meggybefőtt	Szárnyasraguleves Grízes metélt ízzel Alma	Zöldséges burgonyaleves Párolt szelet Brokkolifőzelékpüre Saloncukor
Uzsonna	Húskrémes kenyér	Vajkrémes kenyér	Párizsi, kifli	Májkrémes zsemle	Reszelt sajt, margarin, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntart