

É T L A P

2020. április 6 – 12.
15. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű bagett 5 dkg, paradicsom	Citromos tea, vitaminos margarin fehér kenyér 7 dkg, kaliforniai paprika	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcsstea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó. 2 dl, mini ráma burgonyás kenyér 5 dkg, lilahagyma	Citromos tea , sajtos sült kifli 1 ½ db	Tej 2 dl, mini ráma, marha párizsi, fehér kenyér 5 dkg, paradicsom
Tízórai	Diab. mini jam, kifli 1 db	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte)	Sajtkrém kenyer 4 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Csoki nyuszi
Ebéd	Árpagyöngyleves Hentes sertés tokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából	Karalábéleves Cigánypecsenye Hagymás tört burgonya 20 dkg Almapaprika	Reszeltleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Magyaros burgonyaleves Töltött káposzta	Zöldséges bableves Nudli 10 dkg eritrittel	Salátaleves Pulykapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Céklasaláta	Daragaluskaleves Töltöttcsirkecomb Tört burgonya 15 dkg Diabetikus befőtt
Uzsonna	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte)	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte)	Sajtos pereg 4 dkg	Joghurt, kifli ½ db	Nápolyi 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte)
Vacsora	Baromfi vagdalt francia saláta	Zöldtea , zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, uborka	Zöldtea , snidlinges csirkemellsonka, mini ráma burgonyás kenyér 10 dkg	Tejbegríz fahéjas	Citromos tea., tepertőkrém teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, póréhagyma	Gyümölcsstea , Diákcsemege, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg,	Zöldtea , szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. április 13 – 19.
16. hét



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea, főtt füstölt tarja, főtt tojás, mini vaj, fehér kenyér, paradicsom	Tejeskávé 2 dl, meleg szendvics 5 dkg kenyér	Gyümölcstea diab., mini ráma, reszelt sajt, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg	Tej 2 dl, vajás zsemle 1 db	Citromos tea , tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, hónapos retek	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Csipketea , vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte	Diab. mini jam, kenyér 4 dkg	Kifli 1 db	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Kockasajt , kifli 1 db	Nápolyi diab. 4 dkg
Ebéd	Húsleves Nyitrai sertés szelet Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Uborkasaláta	Suhintott leves Fokhagymás pecsenye Tejfölös burgonyafőzelék	Meggyleves diab. Pásztortarhonya 5 dkg tarhonyából Káposztával töltött paprika	Mészáros-leves Káposztás tészta 5 dkg tésztából cukor nélkül	Gombaleves Szalonnás csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Csemege uborka	Galuskaleves Rakott karfiol	Csontleves Tejfölös sertés comb Csőtészta 5 dkg tésztából
Uzsonna	Nápolyi 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Májkrémes kenyér 4 dkg	Sajtos rúd 4 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte
Vacsora	Tej 2 dl, krémsajt, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Citromos tea, mini vaj, kefir, molnárka 1 db	Tej 2 dl, turista szalámi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, vajretek	Serpenyős burgonya kolbásszal 20 dkg csemege uborka	Gyümölcstea , mini ráma, csirkemell sonka, fehér kenyér 10 dkg, uborka	Citromos tea, tepertőkrémes, teljes kiőrlésű zsemle 1 ½ db , pritamin paprika	Kakaó 2 dl, tavaszi felvágott, mini ráma, tv. paprika korpás vekni 7 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2020. április 20 – 26.

17. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Gyümölcs tea , Pápai sonka, mini rama, teljes kiőrlésű kenyér, hónapos retek	Zöldtea , sajtkrém, fehér kenyér 7 dkg, zöldhagyma	Citromos tea , sült debreceni, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Csipketea diab., hamburgerhús, zsemle 1 db, vegyes zöldség	Citromos tea , sertés májkrém, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Tej 2 dl, bundás kenyér 5 dkg kenyér	Kakaó 2 dl, mini vaj, zsemle 1 db
Tízórai	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Csoki diab. 3 dkg	Natúr joghurt, kifli ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Párizsi, kenyér 4 dkg
Ebéd	Májgaluskaleves Fokhagymás pecsenye Tejfölös tökfőzelék	Paradicsomleves Rántott hal Tört burgonya 15 dkg Céklasaláta diab.	Köménymagos leves Vajon párolt csirkemell Majonézes tésztasaláta 5 dkg	Szegedi gulyásleves Túrógombóc eritrittel	Grízgaluskaleves Rakott kelkáposzta	Kertész-leves Töltött paprika ½ adag főtt burgonya	Orjaleves Brassói apró pecsenye Forgatott burgonya 20 dkg Csemegeuborka
Uzsonna	Vajas kifli 1 db	Nápolyi diab. 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte	Molnárka ½ db	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán, körte
Vacsora	Nudli 10 dkg	Tej 2 dl, mini ráma, hami rúd 1 db	Gyümölcs tea sonka, mini ráma, kukoricapelyhes kenyér 10 dkg	Sajtos tejfölös spagetti 5 dkg tésztából	Tejeskávé .2 dl, Diák csemege mini ráma, burgonyás kenyér 7 dkg, paradicsom,	Citromos tea , Olasz felvágott, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg, hónapos retek	Gyümölcs tea körözött, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. április 27. május 3.

18. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea , csirkemell sonka margarinos teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Kakaó 2 dl, szárnyas májkrém, zsemle 1 db, zöldhagyma	Zöldtea , sült debreceni kolbász, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Citromos tea , tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, tv. paprika	Csipketea , hamburgerhús, félbarna kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Rostoslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Kifli 1 db, kockasajt	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Kifli, ráma	Kockasajt, kenyér 4 dkg
Ebéd	Töltike leves Rácbabpaprikás	Tojásleves Sült csirkecomb Tört burgonya 20 dkg Almapaprika	Zöldborsóleves (ritkás) Milánói sertésszelet Milánói makaróni 4 dkg tésztából	Gombakrémleves Szatmári rakott burgonya 20 dkg Csemege uborka	Karfiolleves Pulyka vadász módra Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Alföldi gulyásleves Túrógombóc diab. eritrittel	Húserőleves Rántott sajt Burgonyapüré 15 dkg Diab. befőtt
Uzsonna	Sajtos kifli 4 dkg- nyi	Margarinos kenyér 4 dkg	Húskrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Joghurt, kifli ½ db	Molnárka ½ db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Vacsora	Majorannás csirkemáj, burgonyapüré 20 dkg, cseresznyebefőtt	Gyümölcstea , Zala felvágott teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle 1 db , uborka	Aprósült Brokkolifőzelék	Tej 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, pritamin paprika	Citromos tea , kefíres túrókrém, teljes kiőrlésű kifli 2 db	Zöldtea., margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató