

**Óvodai konyhák**  
**FÖLDIMOGYORÓ ÉS**  
**OLAJOSMAGMENTES**

# É T L A P

2020. október 5 - 9.  
41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, kenőmájas, teljes kiőrlésű kifli, tv. paprika	Csipketea, melegszendvics paradicsom	Tej, húskrém, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, vajjas molnárka	Csokis tej, májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle
Ebéd	Zöldségleves szivárvány galuskával Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Stefánia vagdalt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Köménymag leves Pirított kenyérkocka Csirkemell Budapest módra Párolt rizs Gyümölcs	Sült kolbász Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós tekercs	Hajdúsági pulykaleves Kuszkuszos metélt eperlekvárral
Uzsonna	Vajkrém, rozsos kenyér	Gyümölcs joghurt, teljes kiőrlésű bagett	Körözött, köleses zsemle	Krémsajtos kifli, uborka	Citromos halkrém, kukoricás kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

**2020. október 12 - 16.**  
**42. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Zöld tea, csirkemellsonka, vajás korpás kenyér, tv paprika	Kakaó, bríos  gyümölcs	Gyümölcsstea, bundás kenyér	Tej, Zala felvágott, light margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika	Kakaó, tojásos szendvics, paradicsom
<b>Ebéd</b>	Gyümölcsleves Dubarry sertésszelet Burgonyapüré Csemegeuborka	Lucskos káposzta Sertéspörkölt Teljes kiőrlésű kenyér Házi pizzás csiga	Paradicsomleves Spenótos-halás tészta Gyümölcs	Karalábé krémleves Fűszeres pulykamellcsíkok Rizi-bizi	Galuskaleves Majorannás csirkecomb ½ adag párolt zöldség, ½ adag bulgur
<b>Uzsonna</b>	Krémtúró, teljes kiőrlésű kifli	Szárnyas májkrém, császárszemle, uborka	Tej, kolbász, teljes kiőrlésű zsemle, lila hagyma	Mézes zsúrkenyér, alma	Petrezselymes margarinkrém, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**Óvodai konyhák**  
**FÖLDIMOGYORÓ ÉS**  
**OLAJOSMAGMENTES**

# É T L A P

2020. október 19 - 23.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Tej, baromfi párizsi, vitaminos margarin, teljeskiőrlésű zsemle	Zöldtea, hot dog gyümölcs	Karamellás tej, kuglóf	
Ebéd	Almaleves Pirított csirkemáj Főtt burgonya Csemege uborka	Csontleves Nyitrai szelet Párolt rizs Majonézes káposztasaláta	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Házi burgonyás pogácsa	Egri húsleves Túrós metélt Alma	
Uzsonna	Joghurt, kifli	Krémsajt, burgonyás kenyér, paradicsom	Kefír, zsemle	Húskrém, teljes kiőrlésű zsemle	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**Óvodai konyhák**  
**FÖLDIMOGYORÓ ÉS**  
**OLAJOSMAGMENTES**

# É T L A P

**2020. október 26 – október 30.**  
**44. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Kakaó, hamburgerkrémes melegszendvics, tv paprika	Gyümölcsstea, tojásrántotta, burgonyás kenyér	Zöldtea, löncs felvágott, teljes kiőrlésű kenyér  gyümölcs	Tej, ízesített vajkrém, császár zsemle, paradicsom	Tea, teljes kiőrlésű zsemle, húskrém, lilahagyma
<b>Ebéd</b>	Tepsiben sült fasírtgolyók Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Brokkoli krémleves Zsemlekočka Natúr halfilé Forgatott burgonya	Gulyásleves Tejberizs	Paprikás burgonya virslivel Teljes kiőrlésű kenyér Meggyes piskóta	Zöldségleves Barackos csirkemell bulgurral
<b>Uzsonna</b>	Sajtkrémes, teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs	Csemege szalámi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kenőmájas, nagy kifli, kaliforniai paprika	Gyümölcs, puffasztott rizsszelet	Gyümölcsjoghurt, zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!