

Általános Iskolák konyhái
CUKORBETEG

ÉTLAP

2022. február 7-11.

6. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, csirkemell sonka, burgonyás kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika	Joghurt, kifli ½ db	Limonádé, főtt virsli, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, mustár	Tea, zala felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, jégcsapretek	Kakaó diab. 1 dl, sonkás omlett, rozsos zsemle ½ db
Ebéd	Zöldségleves Aprósült Szemesbabfőzelék	Paradicsomleves Zöldfűszeres hal Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Szárnyasraguleves Párolt szelet Párolt vegyes zöldségköret 20 dkg	Almaleves Bolognai spagetti 5 dkg tésztából	Húsleves Főtt sertéshús Sóskamártás ½ adag burgonya
Uzsonna	Párizsi, teljes kiőrlésű kifli 1 db, tv. paprika	Kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, tv paprika	Löncskrém, kenyér 4 dkg, uborka	Lilahagymás túrókrém, kifli 1 db	Reszelt sárgarépa, margarin, teljes kiőrlésű kifli 1 db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Általános Iskolák konyhái
CUKORBETEG

ÉTLAP

2022. február 14-18.

7. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej 1 dl, májusi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű zsemle ½ db	Tea, sonka, margarin, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Kakaó diab. 1 dl, zala felvágott, vágott zsemle ½ db	Tea, bundás kenyér (4 dkg teljes kiőrlésű kenyérből)	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db
Ebéd	Zabgaluskaleves Grill pulykamell Angol köret Párolt rizs 3 dkg rizsből	Zöldségleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya 20 dkg Vegyesvágott savanyúság	Tavaszi leves Sertés vagdalt Zöldbabfőzelék	Zöldségleves kurucosan Marhapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Csemege uborka	Tejfölös kelkáposztaleves virslivel Húsos tészta 5 dkg tésztából Csemege uborka
Uzsonna	Főtt tojáskarika, margarinos kifli 1 db, pírtamin paprika	Házi májpástétom, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Sajtos párizsi, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, uborka	Sós rúd 4 dkg-nyi	Halkrém, korpás kenyér 4 dkg, lilahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Általános Iskolák konyhái
CUKORBETEG

ÉTLAP

2022. február 21-25.

8. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, körözöttes teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, lilahagyma	Natúr joghurt, graham kifli ½ db	Tejeskávé 1 dl, olasz felvágott, teljes kiőrlésű kifli ½ db, kaliforniai paprika	Tea, főtt krinolin, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, mustár	Tej 1 dl, turista felvágott, zsemle ½ db, paradicsom
Ebéd	Rizsleves Temesvári sertés szelet Penne tészta 5 dkg tésztával	Tojásleves Hal párizsiasan Párolt rizs 5 dkg rizsből Csemege uborka	Tejfölös karfiolleves Csemege sertéssült Tört burgonya 20 dkg Csemege uborka	Májgaluskaleves Túrós csusza 5 dkg tésztából	Zellerkrémleves Borsos pulykatokány Gombás rizs 5 dkg rizsből
Uzsonna	Csemegezalámi, margarinos magvas kenyér 4 dkg, jégcsapretek	Sonkakrém, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Puffasztott rizsszelet 1 db, mandarin 15 dkg	Sajtkrém, kenyér 4 dkg, uborka	Párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kifli 1 db, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Általános Iskolák konyhái
CUKORBETEG

ÉTLAP

2022. február 28- március 4.

9. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, kemencés lángos 4 dkg	Tej 1 dl, alpesi szalámi, vitaminos margarin, korpás kifli ½ db, paradicsom	Tea, főtt virsli, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, mustár	Limonádé, sajtkrém, kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Kakaó diab. 1 dl, vajjas zsemle ½ db
Ebéd	Brokkolikrémleves Lecsós pulykatokány Zöldséges bulgur 5 dkg bulgurból	Csontleves Natúr sertésszelet Miskolci rakottas	Zöldséges karfiolleves Házi rizseshús 5 dkg rizsből Cékla saláta	Daragaluskaleves Vadas marhatokány Copfocskatészta 5 dkg tésztából	Kelbimbóleves Szalonnás csirkemáj Főtt burgonya 20 dkg Savanyú káposzta
Uzsonna	Zala felvágott, teljes kiőrlésű kifli 1 db, paradicsom	Párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg	Vajkrémes molnárka ½ db	Csirkemell sonka, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, uborka	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli 1db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!