

OKTÓBER

	2024.09.30	2024.10.01	2024.10.02	2024.10.03	2024.10.04
Tízórai	Gyümölcsstea, főtt tojás, margarin, félbarna kenyér	Citromos tea, lekvár, vaj, Tk korpás kenyér	Gyümölcsstea tea, szelet sajt, margarin, Tk kenyér, kígyóuborka	Kakaó, margarin, kalács	Citromos tea, Zala felvágott, margarin, TK korpás kenyér, retek
Leves	Frankfurti leves	Francia zöldségkrémleves, levesgyöngy	Tejfölös zöldbableves, csigat.	Tarhonyaleves	Nyírségi galuskaleves
A menü ebéd	Mákos tészta	Caprese csirkemell, tepsis burgonya, vitaminsaláta	Bácskai rizseshús (sertés), cékla (é.sz.)	Pulykavagdalt, paradicsomos káposztafőzelék, félbarna kenyér	Tepsis halrúd, majonézes burgonyasaláta
B menü ebéd feltét		Paprikásburgonya (virslis), csemege uborka (é.sz.)	Zöldfűszeres bundás pulykamell szelet, bulgur, cékla (é.sz.)	Csikóstokány (sertés), szarvacska tészta	Paradicsomos csicseriborsóragu, rizs
Desszert				Gyümölcs	
Uzsonna	Kockasajt, Tk kifli, sárgarépa	Libazsír, félbarna kenyér, lilahagyma	Tökmagos pogácsa 50g	Házi húskrém, Tk zsemle, paprika	Gyümölcsjoghurt, kifli
DIÉTÁS	Frankfurti leves DIÉTÁS	Francia zöldségkrémleves DIÉTÁS, pirított napraforgómag DIÉTÁS	Zöldbableves DIÉTÁS	Tarhonyaleves DIÉTÁS	Nyírségi galuskaleves DIÉTÁS
	Mákos tészta DIÉTÁS	Caprese csirkemell DIÉTÁS, tepsis burgonya DIÉTÁS, cole slaw saláta joghurt nélkül DIÉTÁS	Bácskai rizseshús (csirke) DIÉTÁS, cékla saláta	Húspogácsa pulyka DIÉTÁS, paradicsomos káposztafőzelék DIÉTÁS	Rántott hal DIÉTÁS, párolt rizs DIÉTÁS
				Gyümölcs	

	2024.10.07	2024.10.08	2024.10.09	2024.10.10	2024.10.11
Tízórai	Tej, méz, vaj, Tk kenyér	Citromos tea, kenőmájas, Tk korpás kenyér, paprika	Gyümölcsstea, házi körözött, félbarna kenyér	Tejeskávé, margarin, 4 magvas kifli	Citromos tea, tonhalkrém, Tk Graham kenyér
Leves	Tárkonyos zöldségleves	Zöldborsóleves, kagylót.	Daragaluskaleves	Tarjás sárgaborsóleves	Magyaros karfiolleves
A menü ebéd	Falafelgolyó, barnamártás, burgonyapüré	Csirkepaprikás, szarvacska tészta, csemege uborka (é.sz.)	Főtt tojás, sóskamártás, főtt burgonya	Tejberizs, kakaó szórat	Sajtos pulykaragu, kuszkusz
B menü ebéd feltét	Káposztás tészta	Mandulás kéreggel sült halfilé, grill zöldségek	BBQ csirkemell, zöldfűszeres bulgur, majonézes káposztasaláta	Túrós brokkolis frittata, steak burgonya	Paprikásan sült csirkecomb (alsó), hagymás törtburgonya fél adag, párolt brokkoli fél adag
Desszert			Gyümölcs		
Uzsonna	Magyaros vajkrém, reform zsemle, kigyóuborka	Kakaós csiga 50g	Kockasajt, Tk kifli	Gépsonka, margarin, Tk korpás zsemle, retek	Gyümölcs, zabkeksz
DIÉTÁS	Tárkonyos zöldségleves DIÉTÁS	Zöldborsóleves, kagylót.	Daragaluskaleves kukoricadarából DIÉTÁS	Virslis sárgaborsóleves szalonna nélkül DIÉTÁS	Magyaros karfiolleves DIÉTÁS
	Brassói aprópecsenye (SZÁRNYAS) DIÉTÁS, tepsis burgonya DIÉTÁS, csemege uborka (é.sz.) DIÉTÁS	Csirkepaprikás DIÉTÁS, szarvacska tészta DIÉTÁS, csemege uborka (é.sz.)	BBQ CSIRKEMELL DIÉTÁS, sóskamártás DIÉTÁS, főtt burgonya DIÉTÁS	Tejberizs DIÉTÁS, kakaó szórat DIÉTÁS	Növényi sajtós pulykaragu DIÉTÁS, PÁROLT BROKKOLI FÉL ADAG DIÉTÁS, párolt rizs fél adag DIÉTÁS
			Gyümölcs		

	2024.10.14	2024.10.15	2024.10.16	2024.10.17	2024.10.18
Tízórai	Tej, Briós 50g	Gyümölcsstea, zölfűszeres ricottakrém, Tk korpás kenyér	Kakaó, margarin, kifli	Citromos tea, padlizsánkrém, Tk Graham kenyér	Gyümölcsstea, tojáskrém, Tk kenyér
Leves	Sütőtökrémleves, pirított tökmag	Karalábéleves, kagylót.	Paradicsomleves, betűtészta	Zabgaluskaleves	Brokkolirémleves, levesgyöngy
A menü ebéd feltét	Zöldséges tojásos rizottó, sajt szórat	Sertéspörkölt, lencsefőzelék	Sült csirkecomb (alsó), burgonyapüré, csemege uborka (é.sz.)	Mézes-mustáros grillezett csirkefalatok, vadrizses rizi-bizi	Tonhalas penne
B menü ebéd feltét	Debreceni sertéstokány, petrezselymes bulgur	Sajttal szórt csirkemell, törtburgonya, csalamádé (é.sz.)	Reszelt máj, párolt rizs, csemege uborka (é.sz.)	Húsgombóc (pulyka), édes-savanyú káposzta, félbarna kenyér	Színes vagdalt (pulyka), tepsiben sült zöldségek
Desszert				Gyümölcs	
Uzsonna	Csemege szalámi, margarin, Tk zsemle, kígyóuborka	Natúr sajtkrém, kifli, retek	Zala felvágott, margarin, korpás zsemle, paprika	Dejós búrkifli 50g	Szelet sajt, margarin, reform zsemle, kígyóuborka
DIÉTÁS	Sütőtökrémleves DIÉTÁS, pirított tökmag DIÉTÁS	Reszelt tésztaleves DIÉTÁS	Paradicsomleves DIÉTÁS	Zöldségleves DIÉTÁS	Brokkolirémleves DIÉTÁS, pirított napraforgómag DIÉTÁS
	Zöldséges rizottó csirkemell csíkokkal DIÉTÁS, céklasaláta (é.sz.)	Sertéspörkölt DIÉTÁS, lencsefőzelék DIÉTÁS	Rántott csirkemell DIÉTÁS, burgonyapüré DIÉTÁS, csemege uborka (é.sz.)	Húsgombóc (pulyka) DIÉTÁS, édes-savanyú káposzta DIÉTÁS, fél adag steak burgonya DIÉTÁS	Mustáros halsteak DIÉTÁS, párolt rizs DIÉTÁS, vegyes saláta
				Gyümölcs	

	2024.10.21	2024.10.22	2024.10.23	2024.10.24	2024.10.25
Tízórai	Gyümölcsstea, sajtos pogácsa	Tejeskávé, margarin, kalács		Citromos tea, kenőmájas, Tk kenyér	Gyümölcsstea, lekvár, margarin, félbarna kenyér
Leves	Vega erőleves, cérnametélt	Zellerkrémleves, pirított kenyérkocka		Jókai bableves (kolbászos)	Almaleves velőből
A menü ebéd feltét	Fűszeres sertésapró, zöldborsófőzelék	Teriyaki csirkemell (ragu), párolt rizs	ÜNNEPNAP	Mákos tészta	Rántott csirkemell, tört burgonya, cékla (é.sz.)
B menü ebéd feltét	Mascarpone's penne besütve	Rakott karfiol bulgurral		Töltött gombafejek (reszelt sajttal), burgonyakrokkett	Bolognai spagetti (sertés, marha), sajt szórat
Desszert	Gyümölcs				
Uzsonna	Pulykasonka, margarin, Tk korpás kenyér, retek	Magyaros vajkrém, Tk zsemle, kígyóuborka		Főtt tojás, margarin, reform zsemle, paprika	Kockasajt, stangli, sárgarépa
DIÉTÁS	Vega erőleves cérnametélttel DIÉTÁS	Zellerkrémleves DIÉTÁS, pirított napraforgómag DIÉTÁS		Jókai bableves virslivel DIÉTÁS	Almaleves velőből DIÉTÁS
	Növényi sajt szelet grillezve DIÉTÁS, zöldborsófőzelék DIÉTÁS	Teriyaki csirkemell DIÉTÁS, párolt rizs DIÉTÁS	ÜNNEPNAP	Mákos tészta DIÉTÁS	Sült csirkecomb (alsó) DIÉTÁS, steak burgonya DIÉTÁS, uborkasaláta
	Gyümölcs				

	2024.10.28	2024.10.29	2024.10.30	2024.10.31	2024.11.01
Tízórai					
Leves					
A menü ebéd	SZÜNET	SZÜNET	SZÜNET	SZÜNET	ÜNNEPNAP
Desszert					
Uzsonna					
DIÉTÁS					