

2019.10.14. – 10.20.

Étlap 42.hét 5x-i étkezés

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé Vajas kifli paprika	Tej Pulyka sonka Margarin Norlander kenyér Uborka	Tejeskávé Mozzarella sajt Margarin Pritamin Tönkölykenyér	Tej Túrós táska	Tej Tojáskrém Korpás kenyér Paradicsom	Citromos tea Főtt virsli Mustár Vándor kenyér	Citromos tea Tojásrántotta Rozskenyér Uborka
Tízórai	Szilva Jóreggelt keksz	Rozsos zsemle kocka sajt Alma	Banán Müzliszelet	Alma Pulyka sonka Rozskifli	Perec Banán	Kefir Korpás kifli	Vaniliás krémtúró
Ebéd*	Sütőtök krémleves Pírtott tökmag Hentes tokány bulgur	Zöldséges karfiollevés Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya TK.kenyér	Májgaluska leves Carbonára spagetti	Fahéjas szilvaleves Rántott halfilé Petrezselymes rizs Tzatziki saláta	Erőleves eperlevél Sült debreceni Lencsefőzelék TK.kenyér	Tárkonyos csirkeraguleves sonkás kocka	Húsleves Brassói aprópecsenye kovászos uborka csokis muffin
Uzsonna	korpás zsemle baromfi párizsi	Tejszelet	Pogácsa Gyümölcslé 0,2	Gyümölcsös müzliszelet	Túró Rudi	Magszelet Alma	Müzliszelet
Vacsora	Majonéz kukoricasaláta Sült csirkecomb filé TK:kenyér	Citromos tea Pizzaszelet	Lecsó virslivel Barna rizs	Zöldborsó főzelék sertés pörkölt TK.kenyér	Roston csirkemell rozsos zsemle jégsaláta majonéz	Citromos tea Pulyka párizsi margarin Norlander kenyér Uborka	Gyümölcstea tea Libamáj pástétom Korpás kenyér Paprika

*idény gyümölcs váltva (szőlő, szilva, őszibarack, nektarin, alma, körte, banán, kivi, narancs, stb.)

Az étlap változtatás jogát az ÉSZ GSZ igazgatója fenntartja magának!!

Budapest, 2019.Szeptember

jóváhagyta:

Simonné dr. Németh Katalin
GSZ igazgató

2019.10.14. – 10.18.

Étlap 42.hét Óvodák

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé Vajas kifli	Tej Pulyka sonka Margarin Norlander kenyér	Tejeskávé Mozzarella sajt Margarin Tönkölykenyér	Tej Sonkakrém Norlander kenyér	Tej Tojáskrém Korpás kenyér Paradicsom
*	Szilva	Alma	Banán	Alma	Banán
Ebéd	Sütőtök krémleves Pirított tökmag Hentes tokány bulgur	Zöldséges karfiollevés Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya TK.kenyér	Májgaluska leves Carbonara spagetti	Fahéjas szilvaleves Rántott halfilé Petrezselymes rizs Tzatziki saláta	Erőleves eperlevél Sült virsli Lencsefőzelék
Uzsonna	Baromfi párizsi Korpás kenyér Margarin	kocka sajt Rozskenyér	Tk.kenyér Tavaszi felvágott	Vajas zsemle sárgarépakorong	Gyümölcsös müzliszelet

*idény gyümölcs váltva (szőlő, szilva, őszibarack, nektarin, alma, körte, banán, kivi, narancs, stb.)

Az étlap változtatás jogát az ÉSZ GSZ igazgatója fenntartja magának!!

Budapest, 2019.Szeptember

jóváhagyta:

Simonné dr. Németh Katalin
GSZ igazgató