

2020.03.16. – 03.22.

Étlap 12.hét 5x-i étkezés

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tej Kakaós csiga	Tej Csirke sonka Margarin Rozskenyér Paradicsom	Tej Körített túró Tönköly kenyér Paradicsom	Kakaó Briós Margarin	Tej Zöldfűszeres vajkrém Norlander kenyér Paradicsom	Tej Gabonapehely	Gyümölcs tea Tojásrántotta Uborka Rozsos kenyér Uborka
Tízórai	Eidami sajt Korpás Zsemle rettek	Sajtós pereg Kefir	Jóreggelt keksz Gyümölcs joghurt Banán	Rozsos zsemle Pulyka sonka Paradicsom	Kefir Zabmüzli Alma	Parasztkolbász Rozsos kifli Paradicsom	Csoki puding Zabmüzli
Ebéd*	Füstölt húsos kaszás leves Mákos nudli Alma	Lebbencsleves Zöldborsófőzelék Zabpelyhes pulykafasírt TK.Kenyér	Olasz paradicsomleves reszelt parmezán sajt Rántott karaj Jázmin rizs Csemege uborka	Kertészleves Harcapaprikás Szarvacska tészta Alma	Őszibarackkrém leves Fahéjas mandula Sonkás sajtmártásos sertés csík Kusz-kusz	Gyümölcsleves Tarhonyáshús Céklasaláta Bombi dörmi	Ötgabonás gombóclevés Búbos hús Kukoricás rizs Csemege uborka Ischler
Uzsonna	Gyümölcs joghurt Rozsos kifli	Túró rudi Zabmüzli Körte	Mozzarella sajt Tönkölyös kifli Pritamin	Tej szívószálás Túrós táska	Pizzás csiga tej szívószálás	Banán Jóreggelt keksz	Tejszelet Mandarin
Vacsora	Szezámos pulykamell Görögsaláta Pita	Toszkán rakott burgonya csemege uborka	Banánturmix Sonkás melegszendvics	Sóskamártás Főtt burgonya Főtt tojás TK.kenyér	Happy-Day Csibefasírt Korpás zsemle Paprika	Citromos tea Csemege szalámi Margarin Vándor kenyér Paprika	Tej Kocka sajt Margarin Pizza sonka Paprika FB.kenyér

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

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

Budapest, 2020 Március

jóváhagyta:

Simonné dr. Németh Katalin

GSZ igazgató

2020.03.16. – 03.20.

Étlap 12.hét Óvodák

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Kakaós csiga	Tej Csirke sonka Margarin Rozskenyér	Tej Körített túró Tönköly kenyér	Kakaó Briós Margarin	Tej Zöldfűszeres vajkrém Norlander kenyér Paradicsom
*	Alma	Körte	Banán	Alma	Alma
Ebéd	Füstölt húsos kaszás leves Mákos nudli	Lebbencsleves Zöldborsófőzelék Zabpelyhes pulykafasírt	Olasz paradicsomleves reszelt parmezán sajt Rántott karaj Jázmin rizs Csemege uborka	Kertészleves Harcapaprikás Szarvacska tészta	Őszibarackkrém leves Fahéjas mandula Sonkás sajtmártásos sertécsík Kusz-kusz
Uzsonna	Eidami sajt Korpás kenyér	TK. kenyér Tavaszi fvg.	Mozzarella sajt Korpás kenyér	Tej szívószálas Zabmüzli	Túró Rudi Mesefit keksz

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

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

Budapest, 2020.Március

jóváhagyta:

Simonné dr. Németh Katalin
GSZ igazgató