

| Heti étlap 2025.10.27. - 2025.11.02., 44. hét |                               |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                        |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                               |                               | Hétfő                                                                                                                            | Kedd                                                                                                                                                              | Szerda                                                                                                                                         | Csütörtök                                                                                                                                    | Péntek                                                                                                                                                 | Szombat                                                                                                       | Vasárnap                                                                                                                                                                                                       |
| Reggeli                                       | (00124)<br>Gyerek 15<br>évtől | Tej 3 dl <sup>[7]</sup> ,<br>Pizzás csavart<br>rúd 100 g <sup>[1,7]</sup>                                                        | Tej 3 dl <sup>[7]</sup> ,<br>Gabona-<br>pehely <sup>[1,(5,6,7,8)]</sup>                                                                                           | Gyümölcstea <sup>[12]</sup> ,<br>Trappista sajt<br>szeletelt <sup>[7]</sup> ,<br>Ráma Margarin,<br>Paradicsom,<br>Korpás kenyér <sup>[1]</sup> | Gyümölcstea <sup>[12]</sup> ,<br>Ráma Margarin,<br>Tk. kenyér <sup>[1]</sup> ,<br>Csemege szalámi,<br>Uborka                                 | Citromos tea <sup>[12]</sup> ,<br>Csemege<br>karaj <sup>(1,6,7)</sup> ,<br>Ráma Margarin,<br>Rozskenyér <sup>[1,6]</sup> ,<br>Jégcsapretek             | Tej 3 dl <sup>[7]</sup> , Croissant<br>(csomagos) <sup>[1,3,7]</sup>                                          | Citromos tea <sup>[12]</sup> ,<br>Tojásrántotta <sup>[3]</sup> ,<br>Tk. kenyér <sup>[1]</sup>                                                                                                                  |
| Tízórai                                       | (00124)<br>Gyerek 15<br>évtől | Natúr joghurt <sup>[7]</sup> ,<br>Ropi <sup>[1,7]</sup>                                                                          | Perec 60 g,<br>Actimel<br>ivójoghurt <sup>[7]</sup>                                                                                                               | Baromfi párizsi,<br>Ráma Margarin,<br>Uborka, Rozsos<br>zsemle <sup>[1,6,(7)]</sup>                                                            | Gyümölcs-<br>joghurt <sup>[7]</sup> ,<br>Korpás kifli <sup>[1]</sup>                                                                         | Ráma Margarin,<br>Kifli <sup>[1,7]</sup> ,<br>Paradicsom                                                                                               | Vaníliás<br>krémtúró <sup>[7]</sup> ,<br>Narancs                                                              | Gyümölcscrizs <sup>[3,7]</sup>                                                                                                                                                                                 |
| Ebéd                                          | (00124)<br>Gyerek 15<br>évtől | Alföldi<br>gulyásleves <sup>[1,3,9]</sup> ,<br>Piskóta tekercs<br>db <sup>[1,3,(6,8)]</sup> , Alma,<br>Tk. kenyér <sup>[1]</sup> | Csontleves<br>cérnametélt<br><sup>[1,9,(6)]</sup> ,<br>Almamártás <sup>[1,7]</sup> ,<br>Főtt burgonya ½,<br>Grillezett csirke-<br>mell <sup>(1,3,6,7,10,11)</sup> | Gyümölcslé 0,2 l<br>100%, Sárgaborsó<br>főzelék <sup>[1,7]</sup> ,<br>Sült sonkaszelet,<br>Tk. kenyér <sup>[1]</sup>                           | Karfiolkrém-<br>leves <sup>[1,7]</sup> ,<br>Levesgyöngy <sup>[1,3,7]</sup> ,<br>Milánói tészta<br>húsos sajttal <sup>[1,7]</sup> ,<br>Banán  | Zöldség-<br>leves <sup>[9,(1,3,6,7,10)]</sup> ,<br>Görög hús-<br>gombóc <sup>[1,3,(6,7,8,11)]</sup> ,<br>Jázmínrizs,<br>Tzatziki saláta <sup>[7]</sup> | Tk. kenyér <sup>[1]</sup> , Chilis<br>bab <sup>[1,(3,6,7,9,10)]</sup> ,<br>Mignon db <sup>[1,7,(3,5,6)]</sup> | Sült csirke-<br>comb <sup>(1,3,6,7,10,11)</sup> ,<br>Petrezselymes rizs,<br>Ischler/linzer <sup>[1,3,7]</sup> ,<br>Paradicsom leves<br>betűtésztával <sup>[1,3,9]</sup> ,<br>Csemege<br>uborka <sup>[10]</sup> |
| Uzsonna                                       | (00124)<br>Gyerek 15<br>évtől | Pulyka-<br>sonka <sup>[6,7,(9,10)]</sup> ,<br>Ráma Margarin,<br>Tk. zsemle <sup>[1]</sup> ,<br>TV paprika                        | Vajkrém<br>magyaros <sup>[7]</sup> ,<br>Zsemle <sup>[1]</sup> , Uborka                                                                                            | Kefir db <sup>[7]</sup> ,<br>Korpás stangli <sup>[1]</sup>                                                                                     | Kenőmájas<br>Gyulai <sup>[6,10]</sup> ,<br>Pritamin/kaliforniai,<br>Sajtos stangli <sup>[1,3,7]</sup>                                        | Rétes klf., Alma                                                                                                                                       | Pritamin/kaliforniai,<br>Császárszsemle <sup>[1]</sup> ,<br>Kenőmájas<br>Gyulai <sup>[6,10]</sup>             | Banán, Actimel<br>ivójoghurt <sup>[7]</sup>                                                                                                                                                                    |
| Vacsora                                       | (00124)<br>Gyerek 15<br>évtől | Citromos tea <sup>[12]</sup> ,<br>Hot dog <sup>[1,10]</sup>                                                                      | Lecsó<br>tojással <sup>[3,(1)]</sup> ,<br>Kovászos<br>kenyér <sup>[1]</sup>                                                                                       | Citromos tea <sup>[12]</sup> ,<br>Sajtos pizza <sup>[1,7]</sup> ,<br>Csokiszelet <sup>[7,(5)]</sup>                                            | Csibe-<br>fasírt <sup>[1,3,(6,7,8,11)]</sup> ,<br>Zsemle <sup>[1]</sup> , Csemege<br>uborka <sup>[10]</sup> ,<br>Gyümölcstea <sup>[12]</sup> | Löncs <sup>(1,6,7)</sup> ,<br>Ráma Margarin,<br>Kovászos<br>kenyér <sup>[1]</sup> ,<br>Tejszelet <sup>[1,7,(3,6)]</sup> ,<br>TV paprika                | Kakaó<br>szívószálás <sup>[7]</sup> ,<br>Kalács <sup>[1,3,6,7]</sup> ,<br>Ráma Margarin                       | Paprikás szalámi,<br>Ráma Margarin,<br>Paradicsom,<br>Tk. kenyér <sup>[1]</sup>                                                                                                                                |