

Heti étlap 2026.01.12. – 2026.01.18., 3. hét								
		Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	(00124) Gyerek 15 évtől	Tej 3 dl ^[7] , Szalámis pizza ^[1,7,(3,6,12)]	Citromos tea ^[12] , Körített túró ^[7] , Rozskenyér ^[1,6] , Jégcsapretek	Zabkása ^[7,(1)]	Gyümölcstea ^[12] , Ráma Margarin, Sertés sonka, Zsemle ^[1] , Uborka	Kakaó ^[7] , Kalács ^[1,3,6,7] , Teavaj ^[7]	Gyümölcstea ^[12] , Jégcsapretek, Császárszemle ^[1] , Tömlőssajt 50 g	Citromos tea ^[12] , Tojásrántotta ^[3] , Rozskenyér ^[1,6]
Tízórai	(00124) Gyerek 15 évtől	Actimel ivójoghurt ^[7] , Korpás kifli ^[1]	Párizsi baromfi, Ráma Margarin, Tk. zsemle ^[1] , Uborka	Kefir db ^[7] , Perc 60 g, Körte	Natúr joghurt ^[7] , Mandarin, Tk. zsemle ^[1]	Rozsos zsemle ^[1,6,(7)] , Ráma Margarin, Edami sajt szeletelt, Paradicsom	Puding ^[7] , Keks Mesefit Zab ^[1,(3,5,6,7,8)]	Gyümölcsrizs ^[3,7]
Ebéd	(00124) Gyerek 15 évtől	Palócleves ^[1,3,7] , Tk. kenyér ^[1] , Piskóta- kocka ^[1,3,6,7] , Csokoládé öntet ^[7,(1,12)] , Alma	Sütőtök krém- leves ^[1,7] , Pirított tökmag ^(5,8,11) , Búbos csirkemell ^[1,3,7] , Vajas tört- burgonya ^[7] , Vitaminsaláta csalamádé ⁽¹²⁾	Gombaleves zöldséges ^[9] , Harcsa- paprikás ^[1,4,7] , Szarvacska tészta ^[1]	Csontleves cérnametelt ^[1,9,(6)] , Rakott brokkoli kölessel ^[7,(1,5,8,9,11)] , Túró Rudi ^[6,7,(5,8)] , Korpás kenyér ^[1]	Csurgatott tojásleves ^[1,3] , Sárgaborsó főzelék ^[1,7] , Zöldséggolyó vega ^[1] , Tk. kenyér ^[1] , Alma	Chilis bab ^[1,(3,6,7,9,10)] , Tk. kenyér ^[1] , Nápolyi szelet ^[1,6,7,(3,5,8)]	Karfiolkrém- leves ^[1,7] , Levesgyöngy ^[1,3,7] , Palermói csirke ^[7] , Petrezselymes rizs, Linzer ^[1,3,7]
Uzsonna	(00124) Gyerek 15 évtől	Kenőmájas Gyulai ^[6,10] , Császárszemle ^[1] , TV paprika	Mandarin, Keks Diabetikus sós ^[1]	Sajtkrém, natúr ^[7] , Tk. zsemle ^[1] , Lilahagyma	Tej szívószálas ^[7] , Briós ^[1,3,6,7]	Vaníliás krémtúró ^[7] , Kifli ^[1,7]	Banán, Kaukázusi kefir 0,30 ^[7]	Hot-dog kifli ^[1] , Mini jam, Mini margarin db
Vacsora	(00124) Gyerek 15 évtől	Rántott karfiol ^[1,(3,4,6,7)] , Majonézes céklasaláta ^[3,7,10] , Zsemle ^[1]	Tejberizs, Fahéjszórás ^[7]	Paradicsomos káposzta ^[1] , Sült virsli, Tk. kenyér ^[1]	Pásztor- tarhonya ^[1,3] , Céklasaláta ^[10]	Gyümölcslé 0,2 l 100%, Pizza, sajtos ^[1,7]	Citromos tea ^[12] , Párizsi marha ^[6] , Ráma Margarin, Kovászos kenyér ^[1] , Pritamin/kaliforniai	Citromos tea ^[12] , Gyulai szárazkolbász, Ráma Margarin, Rozskenyér ^[1,6] , TV paprika, Csokiszelet ^[7,(5)]