

# ÉTLAP

2014.03.03-2014.03.07.

Hamvazó szerda

10. hét

| <b>Étkezés</b>               | <b>Hétfő</b><br>3.                                            | <b>Kedd</b><br>4.                              | <b>Szerda</b><br>5.                                   | <b>Csütörtök</b><br>6.                                      | <b>Péntek</b><br>7.                                   |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b>               | Citromos tea<br>Tepertőkrém<br>Korpás zsemle<br>Jégcsap retek | Kakaó<br>Felvágott<br>Zsemle<br>Zöldség        | Gyümölcs tea<br>Tojáskrém<br>Zsemle<br>Zöldség        | Tej<br>Vaj<br>Méz<br>Kenyér                                 | Citromos tea<br>Kakaós csiga                          |
| <b>Tízórai</b>               | Citromos tea<br>Tepertőkrém<br>Korpás zsemle<br>Jégcsap retek | Kakaó<br>Felvágott<br>Zsemle<br>Zöldség        | Gyümölcs tea<br>Tojáskrém<br>Zsemle<br>Zöldség        | Tej<br>Vaj<br>Méz<br>Kenyér                                 | Citromos tea<br>Kakaós csiga                          |
| <b>Ebéd</b><br><b>Leves</b>  | Paradicsomleves                                               | Zellerkrémleves                                | Burgonyaleves                                         | Zöldborsóleves                                              | Bableves                                              |
| <b>Ebéd</b><br><b>A menü</b> | Tarhonyás hús<br>Savanyúság                                   | Temesvári tokány<br>Főtt burgonya<br>Sütemény  | Rántott karfiol<br>Petrezselymes rizs<br>Tartármártás | Tengeri hal párizsi<br>bundában<br>Ecetes<br>burgonyasaláta | Burgonyás tészta<br>Savanyúság<br>Mandarin            |
| <b>Ebéd</b><br><b>B menü</b> | Kelkáposzta<br>főzelék<br>Vagdalt                             | Bakonyi csirkeragu<br>Tészta köret<br>Sütemény |                                                       | Almás csirkecomb<br>Párolt rizs                             | Grízes tészta ízzel<br>Mandarin                       |
| <b>Uzsonna</b>               | Kolbász karika<br>Margarin<br>Lilahagyma<br>Kenyér            | Vajas kenyér<br>Túró rudi                      | Kockasajt<br>Kifli<br>Alma                            | Májkrémes kenyér<br>Póréhagyma<br>Gyümölcs                  | Vitaminos<br>margarin<br>Sajt szelet<br>Korpás zsemle |
| <b>Vacsora</b>               | Vimpi<br>Tea                                                  | Felesborsó főzelék<br>Rántott parizer          | Sajtos-tejfölös<br>Tészta<br>Tea<br>Banán             | Sült szalonna<br>Sajtkrém<br>Vajretek<br>Tea<br>Kenyér      |                                                       |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

# ÉTLAP

2014.03.10-2014.03.14.

11. hét

| <b>Étkezés</b>               | <b>Hétfő</b><br>10.                                        | <b>Kedd</b><br>11.                           | <b>Szerda</b><br>12.                              | <b>Csütörtök</b><br>13.                              | <b>Péntek</b><br>14.                              |
|------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b>               | Gyümölcs tea<br>Felvágott<br>Margarin<br>Zöldség<br>Kenyér | Tejeskávé<br>Sajtkrém<br>Zsemle              | Citromos tea<br>Virsli<br>Mustár<br>Korpás zsemle | Vaníliás tej<br>Briós<br>Lekvár                      | Citromos tea<br>Bundás kenyér                     |
| <b>Tízórai</b>               | Gyümölcs tea<br>Felvágott<br>Margarin<br>Zöldség           | Tejeskávé<br>Sajtkrém<br>Zsemle              | Citromos tea<br>Virsli<br>Mustár<br>Korpás zsemle | Vaníliás tej<br>Briós<br>Lekvár                      | Citromos tea<br>Bundás kenyér                     |
| <b>Ebéd</b><br><b>Leves</b>  | Kertészleves                                               | Húsleves                                     | Kolbászos<br>pulykaraguleves                      | Reszelttészta<br>leves                               | Kukorica<br>krémleves<br>kukoricapehellyel        |
| <b>Ebéd</b><br><b>A menü</b> | Csóben sült<br>brokkoli darált<br>sertéshússal<br>Gyümölcs | Főtt hús<br>Sóska mártás<br>Főtt burgonya    | Morzsás nudli ízzel<br>Gyümölcs                   | Töltött dagadó<br>Francia saláta                     | Fokhagymás-<br>mustáros sült hal<br>Főtt burgonya |
| <b>Ebéd</b><br><b>B menü</b> | Mexikói főzelék<br>Főtt virsli<br>Gyümölcs                 | Fűszeres-tejfölös<br>csirkemáj<br>Rizs       | Parizeres csiga<br>Gyümölcs                       | Sült oldalas<br>Tepsis burgonya<br>Savanyúság        | Zöldséges-sajtos<br>makaróni                      |
| <b>Uzsonna</b>               | Gyümölcs joghurt<br>Kifli                                  | Kenőmájas<br>Reszelt sárgarépa<br>Kenyér     | Tojás szelet<br>Margarin<br>Kenyér<br>Zöldség     | Tavaszi felvágott<br>Félbarna kenyér<br>Fekete retek | Vajas kenyér<br>Gyümölcs                          |
| <b>Vacsora</b>               | Vadas szelet<br>Tészta köret                               | Felvágott<br>Vaj<br>Zöldség<br>Tea<br>Kenyér | Burgonyafőzelék<br>Sült hús                       | Tejbenrizs<br>Kakaós szórát<br>Narancs               |                                                   |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

# ÉTLAP

2014.03.17-2014.03.21.

12. hét

| <b>Étkezés</b>               | <b>Hétfő</b><br>17.                                   | <b>Kedd</b><br>18.                              | <b>Szerda</b><br>19.                                      | <b>Csütörtök</b><br>20.                            | <b>Péntek</b><br>21.                                  |
|------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b>               | Citromos tea<br>Kenőmájas<br>Zöldség<br>Kenyér        | Kakaó<br>Mogyorókrém<br>Zsemle                  | Gyümölcs tea<br>Gépsonka<br>Bagett<br>Margarin            | Tej<br>Csokigolyó<br>Vaj<br>Kenyér                 | Citromos tea<br>Kockasajt<br>Vajkrém<br>Korpás zsemle |
| <b>Tízórai</b>               | Citromos tea<br>Kenőmájas<br>Zöldség<br>Kenyér        | Tej<br>Mogyorókrém<br>Zsemle                    | Gyümölcs tea<br>Gépsonka<br>Bagett<br>Margarin            | Kakaó<br>Vaj<br>Méz<br>Kenyér                      | Citromos tea<br>Kockasajt<br>Vajkrém<br>Korpás zsemle |
| <b>Ebéd</b><br><b>Leves</b>  | Fokhagymakrém<br>leves                                | Rántott leves                                   | Zellerleves                                               | Fahéjas almapüré<br>leves                          | Sárgaborsó leves                                      |
| <b>Ebéd</b><br><b>A menü</b> | Milánói makaróni<br>Gyümölcs                          | Babfőzelék<br>Sült kolbász<br>Ecetes lilahagyma | Natúr szelet<br>Lecsós árpagyöngy<br>Sütemény             | Rántott sertéskaraj<br>Burgonyapüré<br>Savanyúság  | Mákos guba<br>mézzel<br>Gyümölcs                      |
| <b>Ebéd</b><br><b>B menü</b> | Frankfurti tokány<br>Főtt burgonya<br>Gyümölcs        | Rakott karfiol                                  | Székelykáposzta<br>Sütemény                               | Zöldséges sült<br>pulykacomb filé<br>Currys rizs   | Túrós tészta<br>Gyümölcs                              |
| <b>Uzsonna</b>               | Vitaminos<br>Margarin<br>Sajt szelet<br>Korpás zsemle | Felvágott<br>Kenyér<br>Retek                    | Vajas kenyér<br>Túró rudi                                 | Soproni felvágott<br>Uborka<br>Kenyér              | Sajtos rúd<br>Mandarin                                |
| <b>Vacsora</b>               | Sült csirkecomb<br>Paradicsomos rizs                  | Diós tészta<br>Narancs                          | Spenót<br>Főtt burgonya<br>Tojás rántotta<br>Müzli szelet | 2 db vagdalt/fő<br>Félbarna kenyér<br>Retek<br>Tea |                                                       |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

# ÉTLAP

2014.03.24-2014.03.28.

13. hét

| <b>Étkezés</b>               | <b>Hétfő</b><br>24.                                          | <b>Kedd</b><br>25.                                  | <b>Szerda</b><br>26.                               | <b>Csütörtök</b><br>27.                                   | <b>Péntek</b><br>28.                                    |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b>               | Citromos tea<br>Sajtos parizer<br>Zöldség<br>Félbarna kenyér | Tejeskávé<br>Édes túrókrém<br>Kalács                | Gyümölcs tea<br>Füstölt kolbász<br>Zsemle<br>Retek | Tejbegríz<br>Kakaós szórat<br>Vajkrém<br>Kenyer           | Citromos tea<br>Tejfölös lángos                         |
| <b>Tízórai</b>               | Citromos tea<br>Sajtos parizer<br>Zöldség<br>Félbarna kenyér | Tejeskávé<br>Édes túrókrém<br>Kalács                | Gyümölcs tea<br>Füstölt kolbász<br>Zsemle<br>Retek | Tejbegríz<br>Kakaós szórat<br>Vajkrém<br>Kenyér           | Citromos tea<br>Tejfölös lángos                         |
| <b>Ebéd</b><br><b>Leves</b>  | Magyaros<br>gombaleves                                       | Parajkrémleves<br>sajtszórással                     | Gulyásleves<br>csipetkével                         | Csontleves                                                | Lencseleves                                             |
| <b>Ebéd</b><br><b>A menü</b> | Tökfőzelék<br>Csirkepörkölt                                  | Töltött csirkecomb<br>Sárgarépás rizs<br>Savanyúság | Szilvás gombóc<br>Gyümölcs                         | Mézes-mustáros<br>pulyka<br>Parajos rizs                  | Paprikás krumpli<br>nokedlivel<br>Céklasaláta           |
| <b>Ebéd</b><br><b>B menü</b> | Lecsós csirkemáj<br>Petrezselymes rizs                       | Bolognai sertés<br>szelet<br>Tészta                 | Pizzás csiga<br>Gyümölcs                           | Sült tarja<br>Hagymás tört<br>burgonya<br>Káposzta saláta | Szezámagos<br>rántott halfilé<br>Ecetes süttők<br>köret |
| <b>Uzsonna</b>               | Tojáskrém<br>Kenyer<br>Zöldség                               | Pulykasonka<br>Korpás zsemle<br>Gyümölcs            | Tepertőkrém<br>Lilahagyma<br>Kenyer                | Gyümölcs joghurt<br>Kifli                                 | Szelet sajt<br>Saláta levél<br>Zsemle                   |
| <b>Vacsora</b>               | Csőben sült<br>zöldséges penne<br>Mandarin                   | Hentes tokány<br>Főtt burgonya                      | Paradicsomos<br>káposzta<br>Sült csirkeszárny      | Hamburger<br>Tea                                          |                                                         |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.