

## JANUÁRI ÉTLAP

### 1.Hét. 2022. 01.03. – 2022. 01.07.

**Hétfő:** Lencseleves

- A: Sertéssült, burgonyapüré, savanyúság
- B: Bolognai spagetti, alma

**Kedd:** Csontleves

- A: Székelykáposzta
- B: Rántott sertésszelet, bulgur, párolt zöldség

**Szerda:** Paradicsomleves betűtésztával

- A: Sült csirkemellcsíkok, sült burgonya, tartármártás
- B: Debreceni aprópecsenye, tarhonya, savanyúság

**Csütörtök:** Tarhonya leves

- A: Zöldségekkel pirított tészta csirkehússal
- B: Rántott halfilé, párolt rizs, párolt sárgarépakorong, joghurtos tartármártás

**Péntek:** Zöldborsógulyás

- A: Tejberizs
- B: Burgonyás kocka

### 02.Hét. 2022. 01.10. – 2022. 01.14.

**Hétfő:** Pirított reszelt tésztaleves

- A: Paprikás pulykamell csík, párolt rizs, alma
- B: Szárazbab főzelék, sertéspörkölt, alma

**Kedd:** Sütőtökrém leves

- A: Rántott sertésszelet, burgonyapüré, savanyúság
- B: Zúzapörkölt, galuska, savanyúság

**Szerda:** Csontleves

- A: Zöldborsó főzelék, fasírtgolyó
- B: Sült csirkecomb, párolt rizs, friss saláta, fokhagymás öntettel

**Csütörtök:** Zöldbab leves

- A: Rakott brokkoli darált hússal, mandarin
- B: Húsos laska, mandarin

**Péntek:** Korhelyleves füstölt hússal

- A: Slambuc
- B: Sajtos-fokhagymás spagetti

### 3.Hét. 2022. 01.17. – 2022. 01.21.

**Hétfő:** Almaleves

- A: Rakott kelkáposzta
- B: Sertéspörkölt, galuska, savanyúság

**Kedd:** Csontleves

- A: Tökfőzelék, csirkemell csíkok
- B: Pirított csirkemáj, sós burgonya, savanyúság

**Szerda:** Zellerkrém leves

A: Székelykáposzta

B: Rántott halfilé, párolt rizs, párolt zöldbab

**Csütörtök:** Tarhonya leves

A: Húsgombóc, paradicsomszós, tört burgonya

B: Fokhagymás pulykasült, kukoricás rizs

**Péntek:** Palóc leves

A: Káposztás kocka

B: Fánk

**4.Hét. 2022. 01.24. – 2022. 01.28.**

**Hétfő:** Szárazbableves

A: Olaszos rakott tészta

B: Brassói aprópecsenye, sült burgonya, savanyúság

**Kedd:** Húsleves

A: Főtt sertéshús, vadas mártás, csőtészta

B: Parajfőzelék, sült virslikarikák

**Szerda:** Brokkoli krémleves pirított kenyérkockával

A: Sült csirkemell, párolt rizs, párolt sárgarépa korong

B: Lecsós sertéscsík, tarhonya

**Csütörtök:** Lebbencs leves

A:Kukoricadarával bundázott sertésszelet, burgonyapüré, alma

B: Sárgaborsó főzelék, pulykapörkölt

**Péntek:** Babgulyás

A: Sajtos croissan

B: Tejbedara, kakaós szórat

**05.Hét. 2022. 01.31. – 2022. 01.31.**

**Hétfő:** Zöldborsóleves

A: Hentestokány, tarhonya

B: Paprikás burgonya kolbásszal

### 1.Hét. 2022. 01.03. – 2022. 01.07.

#### Hétfő:

\_\_\_\_ Tízórai: Tea, margarin, kenyér, szalámi

Uzsonna: Sajtós rúd

#### Kedd:

\_\_\_\_ Tízórai: Kakaó, briós

Uzsonna: Párizsi, margarin, korpás zsemle, mandarin

#### Szerda:

Tízórai: Tea, sonkafelvágott, vajkrém, kenyér, uborka

Uzsonna: Kockasajt, kifli

#### Csütörtök:

Tízórai: Vaníliás tej, suli kifli

Uzsonna: Sós perec, alma

#### Péntek:

Tízórai: Tea, sajtszelet, vaj, zsemle, sárgarépa

Uzsonna: Kakaós csiga

### 02.Hét. 2022. 01.10. – 2022. 01.14.

#### Hétfő:

Tízórai: Tea, csirkemell sonka, zsemle, paradicsom

Uzsonna: Vajas pogácsa, alma

#### Kedd:

Tízórai: Karamellás tej, foszlós kalács

Uzsonna: Kenőmájas, kenyér, jégcsap retek

#### Szerda:

Tízórai: Tea, virsli, ketchup, kenyér

Uzsonna: Párizsi, vajkrém, zsemle, zöldpaprika

#### Csütörtök:

Tízórai: Tej, téliszalámi, margarin, kenyér, uborka

Uzsonna: Sajtós croissan

#### Péntek:

Tízórai: Tea, Zala felvágott, margarin, kenyér, paradicsom

Uzsonna: Kifli, banán

### 3.Hét. 2022. 01.17. – 2022. 01.21.

#### Hétfő:

Tízórai: Tea, csemege szalámi, margarin, kenyér

Uzsonna: Kockasajt, búzakorpás diákrúd

#### Kedd:

Tízórai: Kakaó, briós

Uzsonna: Párizsi, margarin, korpás zsemle, mandarin

#### Szerda:

Tízórai: Tea, csirkemell sonka, vajkrém, kenyér, uborka

Uzsonna: Barackos margaréta

**Csütörtök:**

**Tízórai:** Gyümölcs joghurt, tejes kifli

**Uzsonna:** Pizzás csiga

**Péntek:**

**Tízórai:** Tea, sajtszelet, vaj, zsemle, zöldpaprika

**Uzsonna:** Almás batyu

**4.Hét. 2022. 01.24. – 2022. 01.28.**

**Hétfő:**

**Tízórai:** Tejeskávé, szezámós kifli

**Uzsonna:** Alpesi szalámi, margarin, kenyér, sárgarépa

**Kedd:**

**Tízórai:** Tea, csirkemell sonka, vaj, graham kenyér, uborka

**Uzsonna:** Miniogyorókrém, suli kifli

**Szerda:**

**Tízórai:** Kakaó, fatörzs kifli

**Uzsonna:** Házi sajtkrém, kenyér, zöldpaprika

**Csütörtök:**

**Tízórai:** Tea, bundás kenyér

**Uzsonna:** Burgonyás pogácsa, mandarin

**Péntek:**

**Tízórai:** Tej, joghurtos margarin, burgonyás kenyér

**Uzsonna:** Lekváros táská

**5.Hét. 2022. 01.31. – 2022. 01.31.**

**Hétfő:**

**Tízórai:** Kakaó, briós

**Uzsonna:** Sonka, margarin, kenyér