

**KÖZÉPISKOLAI  
ÉTELSOROK**  
2019. szeptember



Látogassa meg honlapukat: [www.hungast.hu](http://www.hungast.hu)

 Kedvelje Facebook oldalunkat:  
[facebook.com/szupermenza](https://facebook.com/szupermenza)

**HUNGAST**  
*Kérek még!*

Jelen kiadványt a havi ételsorok tájékoztatása céljából adtuk ki.  
A végleges, aktuális heti étlapok az allergén és tápanyagértékek megjelölésével  
az adott intézményekben kifüggesztésre kerülnek.

Az ételsorokban történő esetleges  
változtatás jogát fenntartjuk!

Hungast Vital Kft.  
1119 Budapest, Fehérvári u. 85.

**HUNGAST**  
*Kérek még!*

# KÖZÉPISKOLAI ÉTELSOROK - DEBRECEN

**HUNGAST**

*Kérek még!*

	2019.09.02.	2019.09.03.	2019.09.04.	2019.09.05.	2019.09.06.	2019.09.09.	2019.09.10.	2019.09.11.	2019.09.12.	2019.09.13.
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej Kakaós csiga	Citromos ízű tea Tojáskrém Zsemle	Gyümölcs ízű tea Virslí Ketchup Hosszú zsemle	Tej Csokoládés gabonapehely	Barack ízű tea Sertés párizsi Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Tej Briós	Karamellás tej Vaj Teljes kiőrlésű kifli	Gyümölcs ízű tea Füstölt sajtos brokkoli krém Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaós tej Kalács	Citromos ízű tea Zala felvágott Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom
Tízórai	Kompót	Körte	Gyümölcssaláta	Margarin Félbarna kenyér Retek	Ananász befőtt	Banán	Kompót	Alma	Vakrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Őszibarack
Leves	Gyümölcslé	Vajas galuskaleves	Lencse gulyásleves	Magyaros gombaleves	Paradicsomleves	Lebbencsleves	Tejfőlös karalábéleves	Csirke raguleves	Tavaszi leves	Zellerkrémleves Levesgyöngy
Főétel	Borsos sertés tokány Szarvacska tészta Uborkasaláta	Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér	Morzásos nudli Sárgabarack öntet Félbarna kenyér Alma	Szárnyas gömbvagdalt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Rántott csirkemell Petrezselymes rizs Amerikai káposztasaláta	Natúr sertésborda Zöldborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Túró desszert	Hentes sertés szelet Párolt rizs	Túrós tészta Teljes kiőrlésű kenyér Szőlő	Főtt sertés szelet Gyümölcsmártás Pírtott dara	Rántott halfilé Párolt rizs Tzatziki
Uzsonna	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Sajtos rúd	Müzli szelet	Kompót	Alma	Omlós keksz Gyümölcs kompót	Nektarin	Főtt tojáskarika Félbarna kenyér Zöldpaprika	Alma	Háztartási keksz
Vacsora	Limonádé Hawaii pizza	Brassói aprópecsenye Kovácsos uborka	Citromos ízű tea Álom sonka Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Sült csirkecomb Zöldsaláta Joghurt öntet Zsemle	Gyümölcs joghurt Kifli	Juhtúrós sztrapacska Pírtott szalonna Tejföl Alma	Orosz hússaláta Hosszú zsemle	Alma ízű tea Kenőmájás Zsemle Jégcsaprettek	Stefánia vagdalt Burgonyapüré Csemege uborka	Kockasajt Kifli

	2019.09.16.	2019.09.17.	2019.09.18.	2019.09.19.	2019.09.20.	2019.09.23.	2019.09.24.	2019.09.25.	2019.09.26.	2019.09.27.	2019.09.30.
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő
Reggeli	Tej Gabonagyógyó	Tej Extra dzsem Margarin Zsúrkenyér	Eper ízű tea Gépsonka Margarin Zsemle Paradicsom	Citromos ízű tea Olasz felvágott Reszelt sajt Margarin Korpás császárszemle	Meggy ízű tea Majonézes uborkás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Méz Margarin Zsúrkenyér	Citromos ízű tea Löncs felvágott Margarin Félbarna kenyér	Gyümölcs ízű tea Tejfőlös túró Teljes kiőrlésű kenyér	Tejesekáv Fatörzs kifli	Barack ízű tea Szalonnás tojásrántotta Félbarna kenyér Paradicsom	Tej Fahéjas csiga
Tízórai	Margarin Félbarna kenyér Zöldpaprika	Teljes kiőrlésű omlós keksz	Alma	Ananász befőtt	Kompót	Kenőmájás Teljes kiőrlésű kifli Kávia paprika	Omlós keksz Körte	Szőlő	Alma	Alma	Margarin Kifli Zöldpaprika
Leves	Daragaluska leves	Tojásleves	Gulyásleves sertés hússal	Csontleves	Zöldbaleves	Köménymagleves Pírtott kiflikorong	Karfiolleves	Fahéjas almaleves	Reszelt tésztaleves	Zöldség krémleves Pírtott magvak	Tarhonyaleves
Főétel	Rakott burgonya Házi vegyes saláta	Csirkepörkölt Kelkáposzta főzelék Félbarna kenyér Őszibarack	Édes-fűszeres répás szelet Vanília ízű szósz Félbarna kenyér	Chilis bab Teljes kiőrlésű kenyér Mézes puszedli	Snidlinges sajtmártásos csirkemell Párolt rizs	Tarhonyás sertéspörkölt Uborkasaláta	Gyros-os csirkecsíkok Steak burgonya Friss saláta Joghurt öntet	Sült csirkecomb Rizibizli Céklasaláta édesítőszerrel	Halpogácsa Paradicsomos káposztafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Dijoni csirkeragu Pírtott burgonya	Sertéspörkölt Fejtett babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Körte
Uzsonna	Körte	Alma	Kefir Kifli	Szőlő	Alma	Barackbefőtt	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka	Müzli szelet	Vajkrém Teljes kiőrlésű Zöldpaprika	Korpás pogácsa (teljes kiőrlésű) Szőlő	Alma
Vacsora	Mediterrán csirkemell csíkok Penne tészta Reszelt sajt	Rántott karfiol Pírtott burgonya Tartármártás	Citromos ízű tea Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Gyümölcs ízű tea Sajtos hamburger	Olasz felvágott Margarin Zsemle Zöldpaprika	Bakonyi sertés tokány Párolt rizs Alma	Mákos guba Meggy öntet	Citromos ízű tea Soproni felvágott Margarin Zsemle Kígyóborka	Sertés sült Majonézes franciasaláta Félbarna kenyér	Gyümölcslé joghurt Kifli	Spagetti carbonara Reszelt sajt