



AZ ÉTELSOR SZEBENSZKI ERZSÉBET DIETETIKUS AJÁNLÁSÁVAL KÉSZÜLT!

2020	<i>Hétfő</i> 2020.01.06	<i>Kedd</i> 2020.01.07	<i>Szerda</i> 2020.01.08	<i>Csütörtök</i> 2020.01.09	<i>Péntek</i> 2020.01.10	<i>Hétfő</i> 2020.01.13	<i>Kedd</i> 2020.01.14	<i>Szerda</i> 2020.01.15	<i>Csütörtök</i> 2020.01.16	<i>Péntek</i> 2020.01.17	<u>GIMNÁZIUM</u>
<i>LEVES</i>	Reszelt tésztaleves	Zöldséges tarhonyaleves	Húsgombóclevés	Meggyleves	Csokonai leves	Vegyes gyümölcsleves	Zöldbabeleves	Daragaluskaleves	Köménymagleves	Jókai bableves (bab+zöldség) Tk. Kenyér	<i>NÉV:</i>
<i>"A" MENÜ</i>	Bakonyi sertésragu Párolt rizs Gyümölcs	Milánói Szezámragus Rántott csirkemell (paradicsom) Sajt szórat	Rakott káposzta Tk.kenyér	Szezámragos Rántott halfilé Burgonyapüré Tartár mártás	Túrós batyu Gyümölcs	Pírított csirkemáj Főtt burgonya Savanyúság Gyümölcs	Zöldfűszeres csirkecomb Rizibizi Savanyúság	Toroskáposzta tk. Kenyér	Olasz csirkemell Zöldséges rizs Savanyúság	Almás rétes (2db) Gyümölcs	<i>OSZTÁLY:</i>
<i>"B" MENÜ</i>	Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Gyümölcs	Piedóne tokány (Kukorica, szárazbab) P.Tarhonya	Sajttal-sonkával töltött csirkemell (tepsiben) Vajas tört burgonya Savanyúság	Kínai ananászos Csirkemell csíkok Zöldséges tojásos Rizs	Burgonyás tészta Gyümölcs	Gyros tál Zöldség sült burgonya Joghurtos öntet	Grillezett halfilé Tejszínes borsmártással Burgonyapüré Gyümölcs	Rakott karfiol Fb. Kenyér	Rántott sertésszelet Petrezselymes rizs Savanyúság	Káposztás kocka Gyümölcs	<i>VÁLASZTOTT MENÜ:</i>
	<i>Hétfő</i> 2020.01.20	<i>Kedd</i> 2020.01.21	<i>Szerda</i> 2020.01.22	<i>Csütörtök</i> 2020.01.23	<i>Péntek</i> 2020.01.24	<i>Hétfő</i> 2020.01.27	<i>Kedd</i> 2020.01.28	<i>Szerda</i> 2020.01.29	<i>Csütörtök</i> 2020.01.30	<i>Péntek</i> 2020.01.31	<i>"A"</i>
<i>LEVES</i>	Zöldborsóleves	Húsleves eperlevél tésztával	Karfiol leves	Fahéjas almaleves	Gulyásleves Teljes kiőrlésű kenyér	Csontleves eperlevél tésztával	Paradicsomleves	Gombakrémleves	Tarhonya leves	Frankfurti leves Teljes kiőrlésű kenyér	<i>"B"</i>
<i>"A" MENÜ</i>	Pásztor Tarhonya Savanyúság Gyümölcs	Főtt hús Meggymártás Pírított dara	Brassói aprópecsenye Forgatott burgonya Savanyúság	Budapest szelet Párolt rizs Savanyúság	Túrós Csusza Gyümölcs	Vagdalt szelet Sárgaborsófőzelék tk. Kenyér Gyümölcs	Rántott hal (sütőben sütvé) Burgonyapüré Savanyúság	Bácskai rizses hús Savanyúság	Székelykáposzta tk. kenyér	Szilvalekváros derelye Gyümölcs	<i>J</i>
<i>"B" MENÜ</i>	Debreceni aprópecsenye Forgatott burgonya Savanyúság Gyümölcs	Zöldséges húsos palacsinta Párolt rizs	Tejfőlös halpaprikás Orsó tészta	Borzas csirkemell Petrezselymes rizs Savanyúság	Ízes levél 2 Db Gyümölcs	Csirkehúsos Lasagne	Majorannás pulykaragu Kukoricás rizs Savanyúság	Rántott sajt Majonézes burgonyasaláta	Rakott zöldbab tk. Kenyér	Túrós rétes Gyümölcs	<i>A</i>
											<i>N</i>
											<i>U</i>
											<i>Á</i>
											<i>R</i>

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK! AZ ÉTELSOR VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENTARTJUK!