

# ÉTELSOROK MENÜVÁLASZTÁSHOZ

Középkolák - Debrecen

**HUNGAST**

*Kérlek még!*

	2020. November 02-06.					2020. November 09-13.					2020. November 16-20.				
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>	Tej Fahéjas csiga	Tea Padlizsánkrém Félbarna kenyér	Tea Soproni felvágott Margarin Zsemle Kígyóuborka	Karamellás tej Kuglóf	Tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tej Gabonape- hely	Tea Vanília túrókrém Félbarna kenyér	Tea Zala felvágott Margarin Félbarna kenyér	Kakaós tej Vajkrém Császárzsemle	Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Tej Briós	Tea Füstölt sajt brokkoli krém Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Főtt tojás Margarin Félbarna kenyér Kígyóuborka	Vanília tej Mogyorós- krém Félbarna kenyér	Tea Kolbásos vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom
<b>Tízórai</b>	Margarin Zsemle Zöldpaprika	Alma	Gyümölcs	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Omlós keksz	Magyaros vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöld- paprika	Gyümölcs	Joghurt	Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Házi húskrém Félbarna kenyér	Sajtkrém Félbarna kenyér	Barackbefőtt	Kenőmájas Kifli Zöldpaprika	Margarin Teljes kiőrlésű kifli Kápia paprika	Gyümölcs
<b>Leves</b>	Vajas galuska leves	Tojásleves	Tarhonya- leves	Csirkera- gu leves	Fahéjas szilvaleves	Reszelt tésztaleves (piros)	Zeller krémleves Leves gyöngy	Babgulyás	Citromos kerti leves (habart)	Kakukkfűves gombaleves	Hamis- gulyás	Hagyma krémleves Pirított kenyérkocka	Frankfurti leves	Paradicsom- leves	Vegyes zöldségleves
<b>Főétel "A" Menü</b>	Sertés szelet Paradicsomos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldséges szezámma- gos vagdalt Burgonyapüré Csemegeu- borka	Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Burgonyás tészta Cékla	Rántott halfilé Zöldséges rizs Amerikai káposzta saláta	Főtt tojás Sóskamártás Főtt burgo- nya	Barbecue csirkera- gu Bulgur Gyümölcs	Darás metélt Gyümölcs öntet Teljes kiőrlésű kenyér	Reszelt csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka	Rántott csirkemáj filé Rizibizi Őszi vegyes saláta	Dinó szelet Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pincepörkölt Csalamádé Teljes kiőrlésű kenyér	Szilvatölte- lékes gombóc Fahéjas szórat Gyümölcs	Vagdalt szelet Kukoricás rizs Tzatziki	Vadas sertés ragu Makaróni
<b>Főétel "B" Menü</b>	Pestós csirkemell Párolt rizs	Rakott karfiol	Zöldborsós sertésragu Tört burgonya Gyümölcs	Almás batyu	Hentes tokány Tarhonya	Erdélyi rakott káposzta	Sertés sült Parasztos burgonya Savanyúság Gyümölcs	Tejberizs Fahéj szórat	Bácskai rizses hús Csemege- uborka	Tejszínes húsos penne	Rántott csirkemáj Párolt rizs Cékla	Kolbásos aprópecsenye Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Mákos tészta Gyümölcs	Bakonyi sertés ragu Galuska	Párizsi sertés szelet Póréhagy- más rizs Saláta
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcs	Reszelt sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Szilva extra dzsem Margarin Félbarna kenyér	Korpo- vit keksz	Gyümölcs	Ananász befőtt	Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Gyümölcs- kompót	Gyümölcs	Müzli szelet	Gyümölcs	Korpo- vit keksz	Gyümölcs	Gyümölcs- saláta	Túró desszert
<b>Vacsora</b>	Bakonyi sertés ragu Szarvacska tészta	Mákos guba Meggyöntet	Tea Kenőmájas Zsemle Paprika	Sertés sült Franciasaláta Félbarna kenyér	Gyümölcs ízű joghurt Kifli	Lasange	Rántott sertés szelet Párolt rizs fél adag Majonéz kukorica	Tea Soproni felvágott Edami sajt Margarin Zsemle Kígyóuborka	Magyaros pizza Limonádé	Tea Csemege szalámi Margarin Kifli Retek	Tavaszi szár- nyas rizses hús Vegyes saláta	Tea Hamburger friss zöldségekkel	Tea Olasz felvágott Margarin Szezámma- gos zsemle Paradicsom	Hagymás sertés sült Tört burgonya Párolt ká- poszta	Tea Gépsonka Margarin Félbarna kenyér Retek

**Jó étvágyat kívánunk!**

Az ételsorok változtatásának jogát fenntartjuk!

# ÉTELSOROK MENÜVÁLASZTÁSHOZ

Középkolák - Debrecen

**HUNGAST**

*Kérek még!*

	2020. November 23-27.					2020. November 30.				
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>	Tej Kakaós csiga	Tea Tojáskrém Hosszú zsemle	Tea Szezámma- gos vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Tej Méz Margarin Kenyér	Tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaós tej Foszlós kalács				
<b>Tízórai</b>	Gyümölcs- kompót	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Kefir	Olasz felvá- gott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Gyümölcs Müzsli szelet	Snidlinges vajkrém Teljes kiőrlésű zsemle				
<b>Leves</b>	Daragaluska leves	Karalábéleves		Zöldbableves	Zöldség krémleves Leves gyöngy	Tárkonyos zöldségleves (habart)				
<b>Főétel "A" Menü</b>	Sertés pörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Bolognai halragu Spagetti Sajt szórat	Csirkemáj rizottó Csemege uborka Kevert süte- mény	Rakott burgo- nya kolbásszal Cékla	Rántott csirkemell Petrezse- lymes rizs Vegyes saláta	Csirkepörkölt Szarvacsk- ka tészta Csalamádé				
<b>Főétel "B" Menü</b>	Sertés sült Tört burgonya Csalamádé Gyümölcs	Ananászos csirkeragu Párolt rizs	Sertés vagdalt Kelkáposzta főzelék Félbarna kenyér Kevert süte- mény	Csirkepap- rikás Szarvacska tészta	Brassói aprópecsenye Vegyes saláta	Sertés fasírt Lencsefőzelék Félbarna kenyér				
<b>Uzsonna</b>	Zöldfűszeres sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Kápia paprika	Toros káposzta Félbarna kenyér	Tea Füstölt ba- romfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Sonkás kolbászos pizza Limonádé	Gyümölcs joghurt Kifli	Sertés sült Franciasaláta Hosszú zsemle				
<b>Vacsora</b>	Csikós tokány Párolt rizs	Toros kápo- szta Félbarna kenyér	Tea Füstölt baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Retek	Sonkás kol- bászos pizza Limonádé	Gyümölcs joghurt Kifli	Sertés sült Franciasaláta Hosszú zsemle				

Kedves Szülők!

Az intézményben „A” és „B” menü választási lehetőséget biztosítunk, amely választás a teljes hónapra vonatkozik.

A tárgyhónapra az alábbi menüsört választom:

„A” menü

„B” menü

**NÉV/OSZTÁLY:**

.....  
.....

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

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

Kedvelje Facebook oldalunkat:



[facebook.com/szupermenza](https://facebook.com/szupermenza)

Kövessen minket az Instagramon:



[@hungast\\_finomsagok](https://instagram.com/hungast_finomsagok)

**Jó étvágyat kívánunk!**

Az ételsorok változtatásának jogát fenntartjuk!