

Vaszary János Általános Iskola, 2018. október hónap

	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
1.	kakaó, kalács	kertészleves, sárgaborsófőzelék, sertéspörkölt, kenyér (teljes kiőrlésű)	vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs
2.	citromos tea, füstöltcsajtos szendvicskrém, teljes kiőrlésű kenyér, zöldség	karalábéleves, vadasmártás, sült csirkemell, spagetti	joghurt, zsemle
3.	tej, zöldfűszeres vajkrémes kenyér	frankfurti leves, szilvás gombóc, gyümölcs	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), gépsonka
4.	gyümölcstea, körözöttes kenyér (teljes kiőrlésű)	daragaluskaleves, burgonyafőzelék, pulykapörkölt, kenyér (teljes kiőrlésű)	tojáskrém, kifli, zöldség
5.	tej, zsíros kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	paradicsomleves, rántott halrudak (sütőben sütve), sárgarépás rizs, saláta	mézes kenyér
6.			
7.			
8.	tej, briós	zöldségleves, zöldbabfőzelék, párolt sertésragu, kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcs, korpás keksz
9.	gyümölcstea, turista szalámi, margarin, kenyér, zöldség	zöldborsóleves, tejfölös csirkemáj, párolt rizs	mazsolás krémtúrós kenyér (teljes kiőrlésű)
10.	ivójoghurt, zsemle	gulyásleves, grízes tészta lekvárral, kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs	halas szendvicskrémes kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
11.	tej, házi májkrém, kenyér (teljes kiőrlésű)	köménymagos leves pir. zsemlekockával, par. káposztafőzelék, egybensült vagdalt, kenyér (teljes kiőrlésű)	vajkrémes kenyér, főtt tojás karika, zöldség
12.	tej, gabonapehely	gyümölcsleves, rántott sajt, párolt rizs, saláta	gyümölcsjoghurt, magvas zsemle (teljes kiőrlésű)
13.	gyümölcstea, gépsonka, margarin, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	brokkolikrémleves, piritott zs. kocka, csirkepörkölt, bulgur, savanyúság	kifli, kockasajt
14.			
15.	tejeskávé, kalács	csontleves, lencsefőzelék, sertéspörkölt, kenyér	sárgarépás sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
16.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	kelbimbókrémleves, pir. zsemlekocka, papr. burgonya virslivel, saláta, kenyér (teljes kiőrlésű), sütemény	szárnyashúskrémes zsemle (teljes kiőrlésű)
17.	tej, mustáros-sajtos tojáskrém, kenyér	sertésraguleves, dejós tészta, gyümölcs	zsíros kenyér (teljes kiőrlésű), savanyú káposzta
18.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), párizsi, zöldség	csurgatott leves, stefánia vagdalt, petrezselymes burgonya, savanyúság	joghurt, kifli
19.	tej, mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	paradicsomleves, csikós tokány, párolt rizs, saláta	mákos pogácsa, gyümölcs
20.			
21.			
22.			
23.			
24.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal	karfiolleves, bolognai makaróni, gyümölcs	körözöttes kenyér
25.	tej, nutellás kenyér (teljes kiőrlésű)	tavaszi leves, parajfőzelék, főtt tojás, kenyér (teljes kiőrlésű)	májás szendvicskrém, kifli, zöldség
26.	tej, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	sárgaborsóleves piritott zsemlekockával, rántott szelet, mexikói rizs, saláta	vajkrémes kenyér, gyümölcs
27.			
28.			
29.			
30.			
31.			