

NÉV: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

OSZTÁLY: \_\_\_\_\_



## Jó étvágyat kívánunk!

Kérjük az allergén jelölésekről tájékozódjon az egyes intézményekben!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**HUNGAST**

*Kérek még!*

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

2018. november

**KÖZÉPISKOLAI ÉTLAP**

**HUNGAST**

*Kérek még!*

# KÖZÉPISKOLAI ÉTLAP - DEBRECEN

	2018.11.01-02.	2018.11.05.	2018.11.06.	2018.11.07.	2018.11.08.	2018.11.09.	2018.11.10.	2018.11.12.	2018.11.13.	2018.11.14.	2018.11.15.
		Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök
Reggeli		Tej Gabonagolyó	Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcs tea Sajtos zöldségkrém Zsemle	Tejeskávé Briós	Barackos tea Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű zsemle Zöldség	Tej Mogyoróskré Zsúrkenyér	Citromos tea Főtt tojás Margarin Félbarna kenyér	Epres tea Mediterrán halkrém Zsemle	Vaníliás tej Fahéjas csiga
Tízórai		Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldség	Gyümölcs	Kompót	Gabonás omlós keksz gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Gyümölcs	Kompót	Vaj Magvas zsemle Zöldség	Teljes kiőrlésű omlós keksz (Lurkó) Kompót
Leves		Paradicsomleves	Zöldségleves eperlevéllel	Frankfurti leves	Csirkemájgaluska leves	Brokkoli krémleves Pirított magvak	Pirított reszelt tészta leves	Palócleves	Vajas galuska leves	Burgonyaleves	Tojásleves
Főétel	Pihenőnap	Hentes tokány Párolt rizs Gyümölcs	Sertéspörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Mákos tészta Gyümölcs	Húsgombóc parajmártás ½ adag burgonya Teljes kiőrlésű kenyér	Sütőben sült halrudacska Petrezselymes burgonya Sárgarépa káposztasaláta	Sertés aprópecsenye Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Gránátos kocka Gyümölcs kompót	Köményes aprópecsenye Paradicsomos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Zsúrpagácsa	Bácsi rizses hús Házi csalamádé	Petrezselymes szárnyas vagdalt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér
Uzsonna		Kompót	Müzli szelet	Csokoládés puding	Margarin Magvas zsemle Zöldség	Háztartási keksz Detki	Almás batyu	Fetás sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcs	Gyümölcsös müzli	100 % gyümölcslé
Vacsora		Bolognai pizza Limonádé	Húsos rakott burgonya Uborkasaláta	Gyümölcs tea Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Lecsós sertésragu Párolt rizs	Citromos tea Füstölt főtt tarja Margarin Félbarna kenyér Zöldség	Gyümölcsös joghurt Kifli	Ananászos csirkeragu Kuszkus	Mákos guba Vaníliás öntet	Gyümölcs tea Főtt virsli Teljes kiőrlésű kenyér Ketchup és mustár	Óvári sertésszelet Petrezselymes rizs Csemege uborka

	2018.11.16.	2018.11.19	2018.11.20	2018.11.21	2018.11.22	2018.11.23	2018.11.26	2018.11.27	2018.11.28	2018.11.29	2018.11.30
	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Barackos tea vaníliás túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Kuglóf	Tej Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Karamellás tej Vaj Kifli	Citromos tea Póréhagymás tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Meggyes tea Tejfőlés túró Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Pacsn	Barackos tea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Kakaós tej Fonott kalács	Citromos tea Brokkoli krém (füstölt sajt) Teljes kiőrlésű kenyér	Csipebogyó tea Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség
Tízórai	Gyümölcs	Sajtkrém natúr Zsemle Zöldség	Gyümölcs joghurt	Gyümölcs	Gyümölcs	Margarin Zsemle Zöldség	Müzli szelet	Sajtos rúd	Margarin Zsemle	Gyümölcs	Kompót Pirított magvak
Leves	Gyümölcsleves	Magyaros gombaleves	Karfiolleves	Tarhonyaleves	Babgulyás	Narancsos sütőtök-krémleves levesgyönggyel	Lebbencsleves	Csokonai leves (tejfőlés-mustáros raguleves)	Köménymagleves Kenyér kocka	Erőleves	Zöldborsóleves
Főétel	Rántott csirkemell Burgonya püré Ószi vegyes saláta	Csirkepörkölt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Bolognai halragu spagetti Reszelt sajt	Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Tejbedara Kakaós szórat	Borsos sertés tokány Főtt burgonya Csemege uborka	Sajtos csirkegolyó Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Vaníliás karika	Káposztás kocka	Mézes mustáros csirke csíkok Párolt rizs Gyümölcs	Főtt sertés szelet Gyümölcs mártás Pirított dara	Csirkemell gyros Friss saláta Pirított burgonya Joghurt öntet
Uzsonna	Zabpelyhes péksütemény (teljes kiőrlésű)	Teljes kiőrlésű omlós keksz Lurkó Kompót	Margarin Félbarna kenyér Zöldség	Magvas pogácsa	Kompót	Sajtos pogácsa	Gyümölcs	Margarin Kifli Zöldség	Gabonás omlós keksz	100 % gyümölcslé	Gyümölcs
Vacsora	Kockasajt Kifli	Kenyér lángos Citromos tea	Roston sült csirkemell Burgonyapüré Céklasaláta	Citromos tea Marha párizsi Margarin Szezámmagos zsemle Zöldség	Rántott sajt Kukoricás rizs Tartármártás	Túró desszert kifli	Sertéssült Francia saláta Félbarna kenyér	Barbecue csirkefalatok Kuszkus Friss vegyes saláta	Gyümölcs tea Meleg szendvics (Teljes kiőrlésű kenyér) Zöldség	Brassói aprópecsenye Csemege uborka	Joghurt Kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!