

# KÖZÉPISKOLAI ÉTELSOROK - DEBRECEN

**HUNGAST**

*Kérek méa!*

	2020.03.02	2020.03.03	2020.03.04	2020.03.05	2020.03.06	2020.03.09	2020.03.10	2020.03.11	2020.03.12	2020.03.13	2020.03.16
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő
Reggeli	Vaníliás tej Kalács	Gyümölcs tea Körözött Kifli Zöldség	Gyümölcs tea Natúr sajtkrém Zsemle Zöldség	Tej Extra dzsem Margarin Zsúrkenyér	Gyümölcs tea Főtt tojás karika Margarin Félbarna kenyér Zöldség	Tej Briós	Gyümölcs tea Sertés párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Tej Gabonapehely	Gyümölcs tea Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcs tea Húspástétom Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Tej Mogyoróskré Zsúrkenyér
Tízórai	Gyümölcs	Barackbefőtt	Gyümölcs	Szezámag krém Félbarna kenyér Zöldség	Kompót	Korpovit keksz	Kompót	Omlós keksz 40g Detki	Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Gyümölcskompót	Kompót
Leves	Tojásleves	Csontleves eperlevéllel	Sertés raguleves	100% -os Gyümölcslé	Zeller krémleves	Erőleves	Álföldi tésztaleves	Fejtett bableves	Daragaluskaleves	Paradicsomleves	Karalábéleves
Főétel „A” menü	Lecsős pulykafalatok Párolt rizs Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Fokhagymás csirkemell Majorannás burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Túrós derelye Vaníliás tejföl Gyümölcs	Szezámagos szárnyas roló Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Rántott csirkemell Burgonyapüré Házi vegyes saláta	Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Stroganoff csirkemell Párolt rizs	Sajtos tejfölös makaróni Gyümölcs	Rakott karfiol	Rántott halfilé Snidlinges burgonya Házi csalamádé	Csikós szárnyas tokány Párolt rizs
Főétel „B” menü	Diós pritamino halfasírt Petrezselymes burgonya Tartármártás Gyümölcs	Sertés húsos csőben sült zöldségek Teljes kiőrlésű kenyér	Tejszínes gombás makaróni Gyümölcs	Csirkemell gyros Pírtott burgonya Friss saláta Joghurt öntet Teljes kiőrlésű kenyér	Bácskai rizses hús Házi vegyes saláta	Eszterházy szárnyas ragu Spagetti Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs Vaj	Főtt tojás Sóska mártás Főtt burgonya Félbarna kenyér	Aranygaluska Vaníliás öntet Gyümölcs	Budapest csirkemell szelet Párolt rizs	Brassói csirke aprópecsenye Pírtott burgonya Házi csalamádé	Sertés pörkölt Főtt burgonya Céklasaláta Félbarna kenyér
Uzsonna	Kompót	Omlós keksz Detki	Joghurt	Gyümölcs	Omlós keksz Detki	Félbarna kenyér Zöldség	Sajtos pogácsa Gyümölcs	Túrókrém Zsemle Zöldség	Túró desszert	Margarin Zsemle Zöldség	Gyümölcs
Vacsora	Lasagne Gyümölcs	Gyümölcs tea Orosz hússaláta Zsemle	Gyümölcs tea Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Borsos sertés tokány Párolt rizs Házi csalamádé	Gyümölcs joghurt Teljes kiőrlésű kifli	Citromos tea Sajtos hamburger	Fűszeres natúr sertés szelet Zöldséges rizs Tzatziki	Gyümölcs tea Csemegesalámi Margarin Zsemle Zöldség	Bazsalikomos bulguros csirke Csemege uborka	Kefír Sajtos rúd	Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér
	2020.03.17	2020.03.18	2020.03.19	2020.03.20	2020.03.23	2020.03.24	2020.03.25	2020.03.26	2020.03.27	2020.03.30	2020.03.31
	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Hétfő	Kedd
Reggeli	Gyümölcs tea Vaníliás túró Zsemle	Gyümölcs tea Tonhalkrém, Zsemle Zöldség	Tejeskávé Fonott kalács	Gyümölcstea Főtt tojás, Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Kakaós tej Vajkrém Zsemle	Tej Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea Padlizsánkrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Pacsn	Gyümölcs tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Tej Extra dzsem Margarin Zsúrkenyér	Citromos tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér
Tízórai	Omlós keksz Gyümölcs	Joghurt	Vaj Teljes kiőrlésű kenyér Zöldség	Sajtos pogácsa	Gyümölcs	Óvári sajt Zsemle Zöldség	Gyümölcskompót	Gyümölcs	Ananász befőtt	Gyümölcs	Kompót
Leves	Tarhonyaleves	Frankfurti leves	Zöldség krémleves Leves gyöngy	Szilvaleves	Reszelt tésztaleves	Karfiolleves	Tárkonyos pulykabecsinált leves	Zöldséges burgonyaleves	-	Lebbencsleves	Húsgombóc leves
Főétel „A” menü	Sült kolbász Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Mákos tészta Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Hagymás csirkemáj Törtburgonya Csemege uborka	Fűszeres csirkemell Snidlinges sajt mártás Karottás rizs	Pritamino szárnyas tokány Petrezselymes bulgur	Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya Félbarna kenyér	Káposztás kocka Gyümölcs	Borsos szárnyas tokány Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Rántott halfilé Burgonyapüré Csemege uborka Csokis puding házi	Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Gránátos kocka Céklasaláta
Főétel „B” menü	Mexikói pulyka tokány Petrezselymes rizs Teljes kiőrlésű kenyér	Lekváros bukta Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Sajtos halfilé Kukoricás rizs	Sült csirkecomb Lecsős karikaburgonya	Fokhagymás sertés aprópecsenye Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér	Csirkepaprikás Szarvacsksa tészta	Szilvás gombóc Fahéjas szórat Gyümölcs	Rakott brokkoli Teljes kiőrlésű kenyér	Rántott csirkemell Karottás rizs Csemege uborka Csokis puding házi	Csirkés paella Káposztasaláta Teljes kiőrlésű kenyér	Mákos guba Meggy öntet
Uzsonna	Gyümölcskompót	Korpás pogácsa	Gyümölcs	Túró desszert Gyümölcs	Gyümölcskompót	Gyümölcs	Müzl	Körözött Zsemle Zöldség	Gyümölcs	Vaj Félbarna kenyér Zöldség	Korpovit keksz Gyümölcs
Vacsora	Carbonara spagetti	Citromos tea Füstölt-főtt tarja Reszelt sajt Margarin Félbarna kenyér Zöldség	Citromos tea Cézársaláta Kifli	Zala felvágott Margarin Zsemle Zöldség	Rakott burgonya Céklasaláta Teljes kiőrlésű kenyér	Szerb rizses hús Házi csalamádé	Gyümölcs tea Hot- dog	Gyümölcs tea Magyaros pizza Gyümölcs	Kockasajt Kifli	Stefánia vagdalt Hagymás tört burgonya Csemege uborka	Gyümölcs tea Sajtos Hamburger