

Óvárosi Általános Iskola, 2025. szeptember hónap

	Tízórai	Ebéd A menü	Uzsonna
1.	tej, briós	zöldségleves, zöldbabfőzelék, párolt sertésragu, kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcs, korpás keksz
2.	gyümölcstea, turista szalámi, margarin, kenyér, zöldség	zöldborsóleves, lecsós csirkemáj, párolt rizs	mazsolás krémtúrós kenyér (teljes kiőrlésű)
3.	ivójoghurt, zsemle	gulyásleves, grízes tészta lekvárral, gyümölcs	halas szendvicskrémes kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
4.	tej, házi májkrém, kenyér (teljes kiőrlésű)	tejszínes hagymakrémleves pir. zsemlekockával, mexikói ragu, bulgur	vajkrémes kenyér, főtt tojás karika, zöldség
5.	tej, gabonapehely	gyümölcsleves, rántott sajt, párolt rizs, saláta	gyümölcsjoghurt, magvas zsemle (teljes kiőrlésű)
6.			
7.			
8.	tejeskávé, kalács	csontleves, lencsefőzelék, sertéspörkölt, kenyér	sárgarépasajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
9.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	gyümölcslé, papr. burgonya virslivel, saláta, kenyér, meggyes-zabpelyhes sütemény	szárnyashúskrémes zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
10.	tej, mustáros-sajtos tojáskrém, kenyér	májgombócleves, dejes tészta, gyümölcs	zsíros kenyér (teljes kiőrlésű), savanyú káposzta
11.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), párizsi, zöldség	csurgatott leves, Stefánia vagdalt, petrezselymes burgonya, savanyúság	joghurt, kifli
12.	tej, mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	olasz zöldségremléves, chilis kukoricas ragu, párolt rizs	vajkrémes zsemle, zöldpaprika
13.			
14.			
15.	tej, kalács	burgonyaleves, gyümölcsmártás, darált sült hús, pirított dara	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
16.	tej, vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), főtt tojás karika, zöldség	zöldségremléves, pirított zsemlekocka, pirított csirkemáj, párolt rizs, savanyúság	gyümölcsjoghurt, kifli
17.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal	karfiolleves, bolognai makaróni, gyümölcs	körözöttes kenyér
18.	tej, sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	tavaszi leves, parajfőzelék, főtt tojás, kenyér (teljes kiőrlésű)	májas szendvicskrém, kifli, zöldség
19.	tej, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	sárgaborsóleves pirított zsemlekockával, rántott szelet, mexikói rizs, saláta	vajkrémes kenyér, gyümölcs
20.			
21.			
22.	kakaó, briós	tojásleves, kelkáposztafőzelék, párolt sertésragu, gyümölcs, kenyér (teljes kiőrlésű)	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), tavaszi felvágott, zöldség
23.	gyümölcstea, sárgarépasajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	brokkolileves, rizseshús, saláta	joghurt, magvas zsemle
24.	citromos tea, szárnyashúskrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	vöröslencsekremléves, spenótos ragu penne tésztával	zsíros kenyér, hagyma
25.	tej, gabonapehely	zöldségleves, zöldborsófőzelék, rántott halrudak (sütőben sütvé), kenyér	tojásos-hagymás sajtkrém, kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
26.	tej, mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	zöldbableves, sült csirkecomb, hagymás tört burgonya, savanyúság	gyümölcs
27.			
28.			
29.	tej, kalács	daragaluskaleves, sárgaborsófőzelék, sült virsli, kenyér (teljes kiőrlésű)	turista szalámi, margarin, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
30.	gyümölcstea, házi májkrém, kenyér, zöldség	paradicsomleves, párizsi szelet, rizibizi, saláta	barackos túrókrémes kenyér (teljes kiőrlésű)