

Kazinczy Ferenc Református Általános Iskola és Óvoda  
3580 Tiszaújváros, Munkácsy Mihály út 18.

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**DIÓMENTES**

# É T L A P

2026.március 2-6.

10. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Tejeskávé, Zala felvágott, margarinos Zsemle Tv.paprika</i>	<i>Citromos tea, Sajtos omlett, Zsemle, Lilahagyma</i>	<i>Zöld tea Tejbegríz Fahéjas szórát</i>	<i>Csoki pudingos tej Reszelt füstölt sajt Reszelt fekete retek Vajkrém Zsemle</i>	<i>Kakaó Majonéz Tojáskarika Zsemle Vágott saláta</i>
EBÉD	<i>Tavaszi leves Vadas sertéstokány Csőtészta</i>	<i>Gulyásleves Zöldborsós nokedli Ecetes fejes saláta Fehér kenyér</i>	<i>Zöldborsóleves Rántott halfilé Zöldséges bulgur (sárgarépa, fehértarépa) Tartármártás</i>	<i>Zöldségleves Tejfölös gombás csirkeragu Párolt rizs</i>	<i>Erdei gyümölcsleves Mustáros sertéssült Karfiolos burgonyapüré Csemegeuborka</i>
UZSONNA	<i>Mini méz, Kifli</i>	<i>Csirkemájkrém, Fehér kenyér Paradicsom</i>	<i>Párizsi Delma margarin Zsemle Uborka</i>	<i>Fatörzs kifli, Alma</i>	<i>Sajtkrém Zsemle Póréahagyma</i>

**Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**  
**Diétás étkeztetést biztosítunk**

Készítette: *Lévainé Perge Eliza*  
**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-02-27 11:59:41 +0100



**Chmara Marianna**  
főigazgató

Kazinczy Ferenc Református Általános Iskola és Óvoda  
3580 Tiszaújváros, Munkácsy Mihály út 18.

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**DIÓMENTES**

# É T L A P

2026.március 9-13.

11. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Csipketea, mexikói meleg szendvics, tv. paprika (Zsemle)	Pudingos tej, margarinos <i>fatörzs</i> <i>kifli</i>	Tej, <i>Mézes zsemle</i>	Gyümölcstea, Szendvics sonka, Liga margarin <i>Zsemle</i> , Fejes saláta Paradicsom	Kakaó Házi paprikás tepertőkrém <i>Zsemle</i> Uborka
EBÉD	Csontleves Sajtos vagdaltszelet Sárgaborsófőzelék Tigris kenyér Narancs	Paradicsomleves Hagymás csirkemáj Petrezselymes főtt burgonya Káposztasaláta almával	Grízgaluskaleves Frankfurti sertésszelet Párolt bulgur	BrokkolikréMLEVES <i>Piritott</i> <i>kenyérkocka</i> Rakott karfiol barna rizzsel	Zöldséges fehérbableves Paradicsomos csirkeragu Főtt rizs Párolt zöldborsó
UZSONNA	Kockasajt <i>Zsemle</i>	Kefires sajtkrém <i>Zsemle</i> Uborka	Körözöttes <i>Zsemle</i> , zöldhagyma	Füstölt sajt Tejfölös túrókrém, <i>Zsemle</i> , Hónapos retek	<i>Vaniliás túrókrém</i> <i>Zsemle</i>

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Diétás étkeztetést biztosítunk

Készítette:   
Lévainé Perge Eliza  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-02-27 11:59:41 +0100



Chmara Marianna  
főigazgató

Kazinczy Ferenc Református Általános Iskola és Óvoda  
3580 Tiszaújváros, Munkácsy Mihály út 18.

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

**DIÓMENTES**

# É T L A P

2026.március 16-20.

12. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Tej, Szalámi Margarin Zsemle	Zöldtea, Sajtmix, Zsemle, Paradicsom	Kakaó, Majonézes tojássaláta Zsemle Pórhagyma	Gyümölcstea Tejfölös-füstölt sajtos melegszendvics (Zsemle) Hónapos retek	Csipketea, Zöldfűszeres tonhalkrém, Zsemle, Zöldhagyma
EBÉD	Májgaluskaleves Sertéspörkölt Paradicsomos káposztafőzelék Tigris kenyér	Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésszelet Főtt rizs	Sertésraguleves Vanília sodó Aranygaluska (dejó nélkül) Félbarna kenyér	Kertészleves Carbonara spagetti Banán	Köménymagleves Píritott kenyérkocka Brassói aprópecsenye forgatott burgonyával Házi vegyes vágott savanyúság
UZSONNA	Reszelt sárgarépa sajtkrém Zsemle	Vaníliás krémtúró, Zsemle	Házi csirkemájpástétom, Zsemle, Kalifornia paprika	Almalé 2 dl-es Fatörzs kifli	Herkules szalámi, Margarinos Zsemle, Uborka

**Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**  
**Diétás étkeztetést biztosítunk**

Készítette:   
**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-02-27 11:59:45 +0100



**Chmara Marianna**  
főigazgató

Kazinczy Ferenc Református Általános Iskola és Óvoda  
3580 Tiszaújváros, Munkácsy Mihály út 18.


Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**DIÓMENTES**

# É T L A P

2026.március 23-27.  
13. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Tej, Olasz felvágott Delma margarin Zsemle Paradicsom	Citromos tea, Rántotta, Zsemle, Kaliforniai paprika	Házi barackos joghurt, Zsemle	Csipketea, Főtt virsli, Mustár, Zsemle	Tejeskávé, Fatörzs kifli
EBÉD	Favágóleves Túrós tészta Tigris kenyér	Csontleves Rántott hús Petrezselymes burgonya Uborkasaláta	Fahéjas almaleves Hentes tokány Párolt rizs	Reszelt leves Csirkemájvas vagdalt Fejtett babfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Zöldfűszeres sült csirkecomb Mexikói rizs
UZSONNA	Suli szendvics sajtkrémmel (Zsemle, uborka, saláta)	Vajkrém Zsemle Uborka	Baromfi párizsi, Zsemle Paradicsom	Zsemle, Alma	Petrezselymes sajtos túrókrém Zsemle Póréahagyma

**Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**  
**Diétás étkeztetést biztosítunk**

Készítette:   
**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-02-27 11:59:42 +0100



**Chmara Marianna**  
főigazgató

Kazinczy Ferenc Református Általános Iskola és Óvoda  
3580 Tiszaújváros, Munkácsy Mihály út 18.

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**DIÓMENTES**

# É T L A P

2026.március 30-31.  
14. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Kakaó, Sonkakrém <i>zsemle</i> , Kaliforniai paprika	Gyümölcstea Majonéz Reszelt főtt tojás Margarin <i>Zsemle</i> Lilahagyma			
EBÉD	Kolbászos krumplileves Rakott káposzta Fehér kenyér	Tarhonyaleves Zöldborsós csirkemáj galuskával Tavaszi vegyes saláta			
UZSONNA	Gyümölcsös túrókrém Zsemle	Házi pogácsa			

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Diétás étkeztetést biztosítunk

Készítette: *Lévainé Perge Eliza*  
**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-02-27 11:59:42 +0100



**Chmara Marianna**  
főigazgató