

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
TEJ-, TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.március 2-6.
10. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Tejeskávé (Rizsital) Zala felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér Tv.paprika	Citromos tea, Sonka Ráma margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Lilahagyma	Zöld tea Tejbegríz (Rizsitalból) Fahéjas szórát Zöldségnap	Csoki pudingos tej (Rizsitalból) Reszelt fekete retek Margarin Korpás kenyér	Kakaó (Rizsitalból) Sonka Delma margarin Teljes kiőrlésű zsemle Vágott saláta
EBÉD	Tavaszi leves csirkemájjal (GM tészta) Vadas sertéstokány (TejM összetevőkből) GM tészta	Gulyásleves Zöldborsós GM tészta Ecetes fejes saláta Fehér kenyér	Karalábéleves (GM tészta, TejM összetevőkből) Natúr halfilé Zöldséges bulgur (sárgarépa, fehérrépa)	Zöldségleves (GM tészta) Gombás csirkeragu Párolt rizs	Erdei gyümölcsleves (TejM összetevőkből) Mustáros sertéssült Karfiolos burgonyapüré (TejM összetevőkből) Csemegeuborka
UZSONNA	Mini méz, Teljes kiőrlésű kenyér	Csirkemájkrém, Fehér kenyér Paradicsom	Párizsi Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Uborka	Mini jam Teljes kiőrlésű kifli, Alma	Margarinkrém Korpás zsemle Póréhagyma

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentes TM: tojásmentes

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-02-25 14:36:56 +0100



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
TEJ-, TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.március 9-13.

11. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Csipketea, mexikói meleg szendvics, tv. paprika (teljes kiőrlésű kenyérből)	Gyümölcsstea, Mini jam margarinos Teljes kiőrlésű kenyér	Rizsital Mézes kenyér Gyümölcsnap	Gyümölcsstea, Szendvics sonka, Liga margarin Korpás kenyér, Fejes saláta Paradicsom	Kakaó (rizsitalból) Sonka Delma margarin Teljes kiőrlésű zsemle Uborka
EBÉD	Csontleves (GM tészta) Vagdaltszelet (TM összetevőkből) Sárgaborsófőzelék Tigris kenyér Narancs	Paradicsomleves (GM tészta) Hagymás csirkemáj Petrezselymes főtt burgonya Káposztasaláta almával	Zöldségleves (GM tészta) Frankfurti sertésszelet Párolt bulgur	Brokkolikrémleves (TejM összetevőkből) Pirított kenyérkocka Rakott karfiol barna rizzsel (TejM összetevőkből)	Zöldséges fehérbableves (GM tészta) Paradicsomos csirkeragu Főtt rizs Párolt zöldborsó
UZSONNA	Sonka margarin Búzakorpás diákrúd	Liga margarin Teljes kiőrlésű kifli Uborka	Csirkemájkrém Korpás zsemle, zöldhagyma	Delma margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Hónapos retek	Almalé 2 dl-es Teljes kiőrlésű kifli

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentes TM: tojásmentes

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-02-25 14:37:01 +0100



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJ-, TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.március 16-20.

12. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Gyümölcs tea Szalámi Ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Zöldtea, Liga margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Paradicsom</i>	<i>Kakaó (rizsitalból) Sonka Liga margarin Korpás kenyér Pórhagyma Zöldségnap</i>	<i>Gyümölcs tea Melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyér) Hónapos retek</i>	<i>Csipketea, Zöldfűszeres tonhalkrém, Teljes kiőrlésű zsemle, Zöldhagyma</i>
EBÉD	<i>Zöldségleves (GM tészta) Sertéspörkölt Paradicsomos káposztafőzelék Tigris kenyér</i>	<i>Magyaros burgonyaleves Temesvári sertésszelet (TejM összetevőkből) Főtt rizs</i>	<i>Sertésraguleves Vanília sodó (TejM összetevőkből) Mákos guba (TejM összetevőkből) Félbarna kenyér</i>	<i>Kertészleves (GM tészta) Carbonara GM spagetti (TejM összetevőkből) Banán</i>	<i>Köménymaglevés Pírtott kenyérkocka Brassói aprópecsenye forgatott burgonyával Házi vegyes vágott savanyúság</i>
UZSONNA	<i>Reszelt sárgarépa margarinkrém Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Mini jam, Korpás kifli</i>	<i>Házi csirkemájpástétom, Zsemle, Kalifornia paprika</i>	<i>Almalé 2 dl-es Teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Herkules szalámi, Margarinos teljes kiőrlésű kenyér, Uborka</i>

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentes TM: tojásmentes

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna
2026-02-25 14:37:05 +0100



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJ-, TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.március 23-27.

13. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Rizsital, Olasz felvágott Delma margarin Félbarna kenyér Paradicsom</i>	<i>Citromos tea, Sonka Delma margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Kaliforniai paprika</i>	<i>Gyümölcstea Mini jam, Teljes kiőrlésű kifli Gyümölcsnap</i>	<i>Csipketea, Főtt virsli, Mustár, Korpás zsemle</i>	<i>Tejeskávé (TejM összetevőkből) Mini méz Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér</i>
EBÉD	<i>Favágóleves (GM tészta) Krumplis GM tészta Tigris kenyér</i>	<i>Csontleves (GM tészta) Natúrszelet Petrezselymes burgonya Uborkasaláta</i>	<i>Fahéjas almaleves (TejM összetevőkből) Hentes tokány Párolt rizs</i>	<i>Reszelt leves (GM tészta) Csirkemájvas vagdalt (TM összetevőkből) Fejtett babfőzelék (TejM összetevőkből) Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Köménymagleves Piritott kenyérkocka Zöldfűszeres sült csirkecomb Mexikói rizs</i>
UZSONNA	<i>Suli szendvics (Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, uborka, saláta)</i>	<i>Delma margarin Teljes kiőrlésű kifli Uborka</i>	<i>Baromfi párizsi, Zsemle Paradicsom</i>	<i>Teljes kiőrlésű kifli, Alma</i>	<i>Petrezselymes margarinkrém Korpás zsemle Póréhagyma</i>

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentesTM: tojásmentes

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza

élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Chmara Marianna

főigazgató

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna
2026-02-25 14:46:17 +0100



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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
TEJ-, TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.március 30-31.
14. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Kakaó (rizsitalból) Sonkakrémes teljes kiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika</i>	<i>Gyümölcsstea Sonka Delma margarin Korpás kenyér Lilahagyma</i>			
EBÉD	<i>Kolbászos krumplileves Rakott káposzta (TejM összetevőkből) Fehér kenyér</i>	<i>Tarhonyaleves (GM tészta) Zöldborsós csirkemáj GM tésztával Tavaszi vegyes saláta</i>			
UZSONNA	<i>Őszibarack csíkok Liga margarin Zsemle</i>	<i>Almalé 2 dl-es Teljes kiőrlésű kifli</i>			

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentesTM: tojásmentes

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-02-25 14:46:24 +0100



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

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató