

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**GLUTÉN-, LAKTÓZMENTES**

# É T L A P

2026. május 4-8.  
19. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Kakaó (LM összetevőkből) Lekváros GM kenyér</i>	<i>Gyümölcsstea, Csirkemájkrém GM kenyér Uborka</i>	<i>Citromos tea, Házi pizzakrémes melegszendvics (LM sajt, GM kenyér)  Gyümölcsnap</i>	<i>LM tej, Kazinczy reform szendvics (GM kenyér, fejessaláta, uborka, paradicsom)</i>	<i>Karamellás LM tej, Szendvicssonka, margarinos GM kenyér, Tv.paprika</i>
EBÉD	<i>Zöldborsóleves (GM tészta) Bácskai tarhonyáshús (GM tészta) Csemegeuborka</i>	<i>Zöldséges karfiolleves (GM tészta) Fokhagymás sertéspörkölt Burgonyafőzelék (LM, GM összetevőkből) GM kenyér</i>	<i>Palócleves (LM, GM összetevőkből) Mákos tészta Baracklekvár GM kenyér</i>	<i>Zöldségleves (GM tészta) Rakott karfiol (GM, LM összetevőkből) GM kenyér</i>	<i>Fokhagyma krémleves (LM összetevőkből) Pirított GM kenyérkocka Reszelt csirkemáj Petrezselymes főtt rizs Paradicsomsaláta</i>
UZSONNA	<i>LM reszelt sajt Margarinos GM kenyér Paradicsom</i>	<i>Almalé 2dl-es, Liga margarin GM kenyér</i>	<i>Zöldfűszeres margarinkrém, GM ciabatta, Zöldhagyma</i>	<i>LM túró rudi, GM ciabatta</i>	<i>Margarinos-mézes GM kenyér</i>

**Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Diétás étkeztetést biztosítunk!**

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-05-04 08:32:54 +0200



**Chmara Marianna**

főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**GLUTÉN-, LAKTÓZMENTES**

# É T L A P

2026. május 11-15.  
20. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>LM tej, Lekváros- margarinos GM kenyér</i>	<i>Csipketea, Zöldfűszeres omlett, GM kenyér</i>	<i>Vaníliás LM tej Bundás GM kenyér</i>  <i>Zöldségnap</i>	<i>Limonádé, Hamburger (GM ciabatta)</i>	<i>Citromos tea, Meggyes fahéjas zabkása (LM összetevőkből)</i>
EBÉD	<i>Gombaleves (GM tészta) Sült virsli Sárgaborsófőzelék GM kenyér Banán</i>	<i>Köménymagos leves (GM összetevőkből) Pirított GM kenyérkocka Brassói halpecsenye Forgatott burgonya</i>	<i>Paradicsomleves (GM tészta) Csirkemáj-gombás rakott rizs</i>	<i>Nyírségi leves (LM összetevőkből, GM tészta) Krumplis GM tészta Vegyes vágott</i>	<i>Sárgarépakrémleves (LM összetevőkből) Pirított GM kenyérkocka Zöldfűszeres csirketokány Csőben sült zöldség (LM, GM összetevőkből) GM kenyér</i>
UZSONNA	<i>LM trappista sajt Delma margarin GM ciabatta Paradicsom</i>	<i>Vaníliás LM túrókrém GM ciabatta</i>	<i>Párizsi, margarinos GM kenyér, Uborka</i>	<i>LM joghurt GM ciabatta</i>	<i>Liga margarin GM kenyér Hónapos retek</i>

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Diétás étkeztetést biztosítunk!**

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-05-04 08:32:53 +0200



**Chmara Marianna**  
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**GLUTÉN-, LAKTÓZMENTES**

# É T L A P

2026. május 18-22.  
21. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Csoki pudingos LM tej, vajás GM kenyér, Uborka</i>	<i>Gyümölcstea, Hagymás rántotta, GM ciabatta, Zöldhagyma</i>	<i>Vaníliás LM tej, LM sajtkrém GM kenyér Lilahagyma</i>  <i>Gyümölcsnap</i>	<i>LM tej, Paprikás LM túrókrém, GM kenyér, Hónapos retek</i>	<i>Gyümölcstea, Majonézes halas szendvics (GM zsemle) Fejes saláta</i>
EBÉD	<i>Húsleves (GM tészta) Párolt hús Sóskamártás (LM összetevőkből) Főtt burgonya</i>	<i>Szivárványleves (GM tészta) Borsos sertéstokány Copfocska GM tészta Tavaszi vegyes saláta</i>	<i>Zöldséges sertésraguleves (GM tészta) Tejberizs (LM összetevőkből) Kakaó szóráttal</i>	<i>Csontleves (GM tészta) Székelykáposzta (LM összetevőkből) GM kenyér</i>	<i>Kelbimbóleves (GM tészta) Csirkemájvas vagdalt (GM összetevőkből) Burgonyapüré (LM összetevőkből) Vegyes káposztasaláta</i>
UZSONNA	<i>Párizsi, Margarinos GM ciabatta</i>	<i>LM Sajtós margarinos GM kenyér, Körte</i>	<i>Ráma margarin, GM kenyér Reszelt sárgarépa</i>	<i>LM trappista sajt Liga margarin GM kenyér Lilahagyma</i>	<i>LM gyümölcsös joghurt, GM ciabatta</i>

**Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk!  
Diétás étkeztetést biztosítunk!**

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-05-04 08:34:20 +0200



**Chmara Marianna**  
főigazgató

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


Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!  
**GLUTÉN-, LAKTÓZMENTES**

# É T L A P

2026. május 25-29.  
22. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI		Citromos tea, Majonézes tojáskrém <b>GM ciabatta</b> Uborka	<b>LM</b> Gyümölcsjoghurt <b>GM ciabatta</b>  Zöldségnap	<b>LM tej,</b> Sonkás szendvics ( <b>GM kenyér</b> ) Tv.paprika	<b>LM kakaó</b> <b>LM Sajtos ráma</b> margarin <b>GM kenyér</b>
EBÉD		Márgaluskaleves ( <b>GM tészta</b> ) Milánói <b>GM makaróni</b>	<b>LM tejfölös</b> sertésraguleves Paprikás krumpli Uborkasaláta	Zöldségleves Rácbabpaprikás <b>GM kenyér</b>	Csirkebecsinált leves ( <b>GM tészta</b> ) Túrós <b>GM tészta</b> ( <b>LM</b> összetevőkből)
UZSONNA		Olasz felvágott, margarinos <b>GM</b> <b>kenyér,</b> Paradicsom	Mini jam, <b>GM ciabatta</b>	<b>LM Natúr joghurt</b> <b>GM ciabatta</b>	<b>LM</b> Kockasajtkrémes <b>GM kenyér</b>

**Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk!**  
**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-05-04 08:35:46 +0200



**Chmara Marianna**

főigazgató