

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
LAKTÓZMENTES

É T L A P

2026. május 4-8.
19. hét

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

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

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-05-04 08:32:51 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
LAKTÓZMENTES

É T L A P

2026. május 11-15.
20. hét

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

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

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-05-04 08:32:49 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

É T L A P

2026. május 18-22.

21. hét

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

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

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



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

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
LAKTÓZMENTES

É T L A P

2026. május 25-29.
22. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI		Citromos tea, Majonézes tojáskrém Teljes kiőrlésű zsemle Uborka	LM gyümölcsjoghurt Zsemle Zöldségnap	LM Tej, Sonkás szendvics (Félbarna kenyér) Tv.paprika	LM Kakaó LM Sajtos ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér
EBÉD		Májgaluskaleves Milánói makaróni	LM Tejfölös sertésraguleves Paprikás krumpli Uborkasaláta	Zöldségleves Rácbabpaprikás (LM összetevőkből) Fehér kenyér	Csirkebecsinált leves LM Túrós sztrapaeska
UZSONNA		Olasz felvágott, margarinos zsemle, Paradicsom	Mini jam, Teljes kiőrlésű kifli	LM Natúr joghurt Búzakorpás diákrúd	LM Kockasajtkrém teljes kiőrlésű kenyér

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

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-05-04 08:35:51 +0200



Chmara Marianna
főigazgató