


É T L A P

2026. május 4-8.
19. hét

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

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

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



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJMENTES

É T L A P

2026. május 11-15.

20. hét

| | HÉTFŐ | KEDD | SZERDA | CSÜTÖRTÖK | PÉNTEK |
|---------|--|--|---|--|--|
| TÍZÓRAI | <i>Rizsital, Lekváros- margarinos Félbarna kenyér</i> | <i>Csipketea, Zöldfűszeres omlett, Teljes kiőrlésű kenyér</i> | <i>Vaníliás rizsital Bundás kenyér</i> <i>Zöldségnap</i> | <i>Limonádé, Hamburger (Teljes kiőrlésű zsemle)</i> | <i>Citromos tea, Meggyes fahéjas zabkása (TeJM összetevőkből)</i> |
| EBÉD | <i>Gombaleves Sült virsli Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Banán</i> | <i>Köménymagos leves Píritott kenyérkocka Brassói halpecsenye Forgatott burgonya</i> | <i>Paradicsomleves Csirkemáj-gombás rakott rizs</i> | <i>Nyírségi leves (TeJM összetevőkből) Krumplis tészta Vegyes vágott</i> | <i>Sárgarépakrémleves (TeJM összetevőkből) Píritott kenyérkocka Zöldfűszeres csirketokány Csőben sült zöldség Teljes kiőrlésű kenyér</i> |
| UZSONNA | <i>Delma margarin Teljes kiőrlésű kifli Paradicsom</i> | <i>Mini méz Liga margarin Zsemle</i> | <i>Párizsi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, Uborka</i> | <i>Csirkemájkrém Teljes kiőrlésű kifli</i> | <i>Delma margarin Teljes kiőrlésű zsemle Hónapos retek</i> |

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

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza

élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

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



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
TEJMENTES

É T L A P

2026. május 18-22.
21. hét

| | HÉTFŐ | KEDD | SZERDA | CSÜTÖRTÖK | PÉNTEK |
|---------|---|---|--|---|---|
| TÍZÓRAI | <i>Csoki pudingos rizsital, Liga margarin teljes kiőrlésű kifli, Uborka</i> | <i>Gyümölcstea, Hagymás rántotta, Teljes kiőrlésű zsemle, Zöldhagyma</i> | <i>Vaníliás rizsital, Májkrém Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma Gyümölcsnap</i> | <i>Rizsital Sonkakrém, Korpás kenyér, Hónapos retek</i> | <i>Gyümölcstea, Majonézes halas szendvics (teljes kiőrlésű zsemle) Fejes saláta</i> |
| EBÉD | <i>Húsleves Párolt hús Sóskamártás (TejM összetevőkből) Főtt burgonya</i> | <i>Szivárványleves Borsos sertéstokány Copfocska tészta Tavaszi vegyes saláta</i> | <i>Zöldséges sertésraguleves Tejberizs (TejM összetevőkből) Kakaó szóráttal</i> | <i>Csontleves Székelykáposzta (TejM összetevőkből) Fehér kenyér</i> | <i>Kelbimbóleves Csirkemájvas vagdalt Burgonyapüré (TejM összetevőkből) Vegyes káposztasaláta</i> |
| UZSONNA | <i>Párizsi, Margarinos zsemle</i> | <i>Margarinos kenyér, Körte</i> | <i>Ráma margarin, Félbarna kenyér Reszelt sárgarépa</i> | <i>Liga margarin Fehér kenyér Lilahagyma</i> | <i>Almalé 2 dl-es, Teljes kiőrlésű kifli</i> |

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

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-05-04 08:32:50 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
TEJMENTES

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 | Liga margarin Zsemle Uborka Zöldségnap | Rizsital Sonkás szendvics (Félbarna kenyér) Tv.paprika | Kakaó (Rizsital) Ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér |
| EBÉD |  | Májgaluskaleves Milánói makaróni | Zöldséges sertésraguleves Paprikás krumpli Uborkasaláta Káposztasaláta | Zöldségleves Rácbabpaprikás (TejM összetevőkből) Fehér kenyér | Csirkebecsinált leves Szalonnás sztrapaeska |
| UZSONNA | | Olasz felvágott, margarinos zsemle, Paradicsom | Mini jam, Teljes kiőrlésű kifli | Almalé 2dl-es Búzakorpás diákrúd | Sonkakrém teljes kiőrlésű kenyér |

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

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-05-15 11:26:26 +0200

Sajná