

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. május 4-8.

19. hét

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

**Az 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  
2026-05-04 08:32:52 +0200



**Chmara Marianna**  
főigazgató

# É T L A P

2026. május 11-15.  
20. hét

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

Étlapbeli jelzés: TeJM: tejmentesTM: tojásmentes

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-05-04 08:32:47 +0200



**Chmara Marianna**  
főigazgató

# É T L A P

2026. május 18-22.  
21. hét

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

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentesTM: tojásmentes

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

Jóváhagyta:

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



**Chmara Marianna**  
főigazgató

# É T L A P

2026. május 25-29.  
22. hét

|         | HÉTFŐ  | KEDD   | SZERDA  | CSÜTÖRTÖK  | PÉNTEK   |
|---------|--|--|---|--|--|
| TÍZÓRAI |  | Citromos tea,<br>Csirkemájkrém<br>Teljes kiőrlésű zsemle<br>Uborka   | Liga margarin<br>Zsemle<br>Uborka<br><br>Zöldségnap   | Rizsital<br>Sonkás szendvics<br>(Félbarna kenyér)<br>Tv.paprika                          | Kakaó<br>(Rizsital)<br>Ráma margarin<br>Teljes kiőrlésű kenyér |
| EBÉD    |  | Csirkemájás<br>zöldségleves<br>(GM tészta)<br>Milánói GM<br>makaróni | Zöldséges<br>sertésraguleves<br>(GM tészta)<br>Paprikás krumpli<br>Uborkasaláta<br>Káposztasaláta | Zöldségleves<br>(GM tészta)<br>Rácbabpaprikás<br>(TejM<br>összetevőkből)<br>Fehér kenyér | Csirkebecsinált leves<br>(GM tészta)<br>Húsos GM tészta        |
| UZSONNA |  | Olasz felvágott,<br>margarinos zsemle,<br>Paradicsom                 | Mini jam,<br>Teljes kiőrlésű kifli  | Almalé 2dl-es<br>Búzakorpás diákrúd  | Sonkakrém<br>teljes kiőrlésű kenyér                            |

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

Étlapbeli jelzés: TejM: tejjmentes TM: tojásmentes

Készítette:

*Lévainé Perge Eliza*

**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

**Chmara Marianna**  
főigazgató

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-05-15 11:26:18 +0200

