

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. június 1-5.
23. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Limonádé Sonkás-LM sajtos szendvics (GM kenyér) Zöldségmix	Gyümölcsstea, Tükörtojás, GM ciabatta, Zöldhagyma	LM Tej, Lekvár Liga margarin GM kenyér Gyümölcsnap	Karamellás LM tej LM sajtkrémes GM kenyér Hónapos retek	Csipketea, Zöldfűszeres- lilahagymás- LM krémtúró, GM kenyér
EBÉD	Gulyásleves Mákos GM tészta Sárgabaracklekvár Alma GM kenyér	Lebbencsleves (GM tészta) Zöldséges-rizses csirkemáj Sárgarépasaláta	Zöldségkrémleves (LM, GM összetevőkből) Pirított GM kenyérkocka Lasagne (GM tészta, LM összetevőkből)	LM Tejfölös karfiollevés (GM tészta) Zsiványpecsenye Párolt rizs Nyári saláta	Reszelt tésztaleves (GM tészta) Húspogácsa (GM összetevőkből) Zöldborsófőzelék (LM összetevőkből) GM kenyér
UZSONNA	Mini méz GM ciabatta	LM Kockasajt, GM kenyér, Banán	Ráma margarin GM kenyér Tv. paprika	Delma margarin GM kenyér Zöldhagyma	Suli szendvics (GM 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
2026-06-12 12:29:15 +0200



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. június 8-12.
24. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea, Sonkakrém, GM kenyér, Vegyes zöldség	Limonádé LM joghurt GM ciabatta	Tejeskávé (LM összetevőkből) Margarinos-mézes GM kenyér Zöldségnap	LM tej, Petrezselymes reszelt főtt tojás GM kenyér, Lilahagyma	Vaniliás LM tej Zöldfűszeres LM sajtkrém GM kenyér Paradicsom
EBÉD	Egri húsleves (GM tészta) Sertéspörkölt Mexikói finomfőzelék (LM összetevőkből) GM kenyér	Babgulyás (GM összetevőkből) Tejberizs (LM összetevőkből) Kakaó szórattal GM kenyér	Gombaleves (GM tészta) Vadas sertéstokány (LM összetevőkből) GM tészta	Tavaszi leves (GM tészta) Brassói aprópecsenye Forgatott burgonyával Házi vegyes vágott	Francia hagymaleves (LM összetevőkből) GM pirított kenyérkocka Besamelmártásos halfilé (LM összetevőkből) Zöldséges rizs
UZSONNA	LM reszelt trappista sajt Ráma margarin GM ciabatta	Ízesített LM margarinkrém GM kenyér Paradicsom	Csemege szalámi, margarinos GM kenyér, Tv. paprika	LM tejfölös túrókrém GM kenyér Paradicsom	Almalé 2 dl-es, Mini jam GM ciabatta

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

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-06-12 12:29:10 +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!
GLUTÉN-, LAKTÓZMENTES

É T L A P

2026. június 15-19.
25. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Kakaó (LM tej) Ráma margarin GM kenyér, Uborka</i>	<i>Zöldtea, Lilahagymás körözött, Korpás kenyér Lekvár Delma margarin GM kenyér</i>	<i>Házi barackos LM joghurt, GM ciabatta Gyümölcsnap</i>	<i>Citromos tea, Házi LM sajtmix Ráma margarin GM kenyér Kaliforniai paprika</i>	<i>Limonádé Sonkás-zöldséges szendvics (GM kenyér)</i>
EBÉD	<i>Májgaluskaleves (GM tészta) Sült virsli Kelkáposztafőzelék (LM összetevőkből) GM kenyér</i>	<i>Tejfölös zöldbableves Rántott halfilé Sült burgonya sütőben sütve Amerikai káposztasaláta Almabefőtt</i>	<i>Csirkebecsinált leves Tojásos Nokedli Eetes fejes saláta Káposztás GM tészta</i>	<i>Nyári gyümölcsleves (LM összetevőkből) Csirkeragu Petrezselymes párolt rizs</i>	<i>Lencsegulyás (GM összetevőkből) Tejberizs Kakaós szórát GM kenyér</i>
UZSONNA	<i>Kárpát szalámi, margarinos GM kenyér, Paradicsom</i>	<i>Zöldfűszeres margarinos GM kenyér Retek</i>	<i>Kenőmájas, GM kenyér, Paradicsom</i>	<i>Banán GM ciabatta</i>	<i>Almalé 2 dl-es Alma Ráma margarin GM kenyér</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

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

Jóváhagyta: 
Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-06-15 10:15:40 +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. június 22-26.
26. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Kakaó (LM tej) Liga margarin GM kenyér Hónapos retek	Csipketea, Rántotta, GM ciabatta, Tv.paprika	LM Tej, Párizsi Liga margarin GM kenyér Tv.paprika	Citromos tea, LM sajtos-sült GM ciabatta	Limonádé, májkrémes, GM kenyér, uborka
EBÉD	Kassai burgonyaleves (LM összetevőkből) Tejberizs (LM összetevőkből) Kakaó szórat GM kenyér	Köménymagos leves (GM összetevőkből) Pirított GM kenyérkocka Bolognai GM tészta LM trappista sajt	Csontleves (GM tészta) Gyros (LM összetevőkből)	Legényfogóleves (LM összetevőkből) Rizsfelfújt (LM összetevőkből) Csoki öntet (LM összetevőkből) GM kenyér	Mészáros-leves (GM tészta) Sonkás-LM sajtos LM tejfölös GM tészta
UZSONNA	Tepertőkrémes GM kenyér, Uborka	Mini méz Delma margarin GM kenyér	Mini jam, GM ciabatta	Löncs felvágott, margarinos GM kenyér, Paradicsom	Gyümölcsle, LM túró rudi

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-06-12 12:30:59 +0200



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. június 29-30.
27. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Limonádé, Májkrém, GM kenyér, Hónapos retek	Kakaó (LM tej) Ráma margarin lekváros GM kenyér			
EBÉD	Tárkonyos gulyásleves (LM összetevőkből) Mákos GM metélt Lekvár GM kenyér	Erőleves (GM tészta) Csirkepörkölt GM tészta Vegyes saláta			
UZSONNA	Liga margarin, GM kenyér, Lilahagyma	Sonkakrém, GM kenyér, Uborka			

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-06-12 12:30:55 +0200

