

# É T L A P

2026. június 1-5.  
23. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Limonádé Sonkás szendvics Zöldségmix	Gyümölcstea, Tükörtojás, Teljes kiőrlésű zsemle, Zöldhagyma	Rizsital Lekvár Liga margarin Fehér kenyér	Karamellás rizsital Liga margarin Zsemle Hónapos retek	Csipketea, Zöldfűszeres- margarin, Zsemle
EBÉD	Gulyásleves Mákos nudli Sárgabaracklekvár Alma Fehér kenyér	Reszelt tésztaleves Húspogácsa Zöldborsófőzelék (TM összetevőkből) Fehér kenyér	Zöldségkrémleves (TM összetevőkből) Píritott kenyérkocka Lasagne ( TM összetevőkből)	Karfiolleves (TM összetevőkből) Zsiványpecsenye Párolt rizs Nyári saláta	Lebbencsleves Zöldséges-rizses csirkemáj Sárgarépasaláta
UZSONNA	Mini méz Teljes kiőrlésű kifli	Teljes kiőrlésű kifli, Banán	Ráma margarin Teljes kiőrlésű zsemle, Tv. paprika	Delma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldhagyma	Suli szendvics (Teljes kiőrlésű kenyér)

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

Étlapbeli jelzés: **TejM:** tejmentes

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-06-12 12:32:49 +0200



**Chmara Marianna**  
főigazgató

# É T L A P

2026. június 8-12.  
24. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Gyümölcsstea, Sonkakrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Vegyes zöldség	Limonádé <b>Mini jam</b> Teljes kiőrlésű kifli	Tejeskávé <b>(TejM összetevőkből)</b> <b>Ráma margarin-mézes</b> kenyér	<b>Rizsital,</b> Petrezselymes reszelt főtt tojás Teljes kiőrlésű zsemle, Lilahagyma	<b>Vanília rizsital</b> <b>Zöldfűszeres</b> <b>margarinkrém</b> Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom
EBÉD	Egri húsleves Sertéspörkölt Mexikói finomfőzelék <b>(TejM összetevőkből)</b> Teljes kiőrlésű kenyér	Babgulyás <b>Tejberizs</b> <b>(TejM összetevőkből)</b> Kakaó szórat Félbarna kenyér	Gombaleves Vadas sertéstokány <b>(TejM összetevőkből)</b> Csótészta	Tavaszi leves Brassói aprópecsenye Forgatott burgonyával Házi vegyes vágott	Francia hagymaleves <b>(TejM összetevőkből)</b> <b>Piritott kenyérkocka</b> <b>Besamel mártásos</b> <b>halfilé</b> <b>(TejM összetevőkből)</b> Zöldséges bulgur
UZSONNA	<b>Alpesi Szalámi</b> <b>Ráma margarin</b> Zsemle	<b>Ízesített</b> <b>margarinkrém</b> Fehér kenyér Paradicsom	Csemege szalámi, margarinos korpás zsemle, Tv. paprika	<b>Sonkakrém</b> Félbarna kenyér Paradicsom	Almalé 2 dl-es, <b>Teljes kiőrlésű kenyér</b>

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

Étlapbeli jelzés: **TejM:** tejmentes

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna  
2026-06-12 12:32:47 +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!  
**TEJMENTES**

# É T L A P

2026. június 15-19.  
25. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Liga margarin</i> teljes kiőrlésű kenyér, Uborka	Zöldtea, <i>Lilahagymás</i> <i>margarinkrém,</i> <del>Korpás kenyér</del> Lekvár Delma margarin Korpás kenyér	<i>Limonádé</i> Mini jam, Teljes kiőrlésű zsemle	Citromos tea, <i>Ráma margarin</i> Teljes kiőrlésű zsemle Kaliforniai paprika	<i>Limonádé</i> Sonkás-zöldséges szendvics (Teljes kiőrlésű kenyér)
EBÉD	<i>Májgaluskaleves</i> Sült virsli <i>Kelkáposztafőzelék</i> (TejM összetevőkből) <i>Fehér kenyér</i> Almalé 2 dl-es Kenyérlángos (TejM összetevőkből)	Zöldbableves (TejM összetevőkből) Rántott halfilé Sült burgonya sütőben sütve <i>Amerikai</i> <i>káposztasaláta</i> <i>Almabefőtt</i>	Csirkebecsinált leves (TejM összetevőkből) <i>Tejásos Nokedli</i> <i>Eeetes fejes saláta</i> <i>Káposztás tészta</i>	Nyári gyümölcsleves (TejM összetevőkből) Csirkeragu Petrezselymes párolt rizs	Lencsegulyás Tejbegríz (TejM összetevőkből) Kakaós szórát Félbarna kenyér
UZSONNA	Kárpát szalámi, margarinos zsemle, Paradicsom	Zöldfűszeres margarinos kenyér Retek	Kenőmájas, Korpás kenyér, Paradicsom	Banán <i>Teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Almalé 2 dl-es,</i> <i>Alma</i> <i>Teljes kiőrlésű kifli</i>

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

Étlapbeli jelzés: **TejM**: tejmentes

Készítette:

*Lévainé Perge Eliza*

**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-06-15 10:15:34 +0200



**Chmara Marianna**  
főigazgató

# É T L A P

2026. június 22-26.  
26. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Kakaó (Rizsital) Ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Hónapos retek</i>	<i>Csipketea, Rántotta, Teljes kiőrlésű zsemle, Tv.paprika</i>	<i>Rizsital Párizsi Liga margarin Félbarna kenyér Tv.paprika</i>	<i>Citromos tea, Sült teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Limonádé, májkrémes, teljes kiőrlésű zsemle, uborka</i>
EBÉD	<i>Kassai burgonyaleves (TejM összetevőkből) Tejberizs (TejM összetevőkből) Kakaó szórat Fehér kenyér</i>	<i>Köménymagos leves Pírtott kenyérkocka Bolognai tészta (SAJT nélkül)</i>	<i>Csontleves Gyros (öntet nélkül)</i>	<i>Legényfogóleves (TejM összetevőkből) Rizsfelfújt (TejM összetevőkből) Csoki öntet (TejM összetevőkből) Fehér kenyér</i>	<i>Mészáros-leves Sonkás tészta</i>
UZSONNA	<i>Tepertőkrémes kenyér, Uborka</i>	<i>Mini méz Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Mini jam, Teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Löncs felvágott, margarinos korpás kenyér, Paradicsom</i>	<i>Gyümölcsle, Teljes kiőrlésű kifli</i>

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

Étlapbeli jelzés: **TejM**: tejmentes

Készítette:

*Lévainé Perge Eliza*

**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna  
2026-06-12 12:34:19 +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. június 29-30.  
27. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Limonádé, Májkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Hónapos retek	Kakaó (Rizsital), Ráma margarin lekváros Fehér kenyér			
EBÉD	Tárkonyos gulyásleves (TejM összetevőkből) Darás metélt Lekvár Fehér kenyér	Erőleves Csirkepörkölt Galuska Vegyes saláta			
UZSONNA	Liga margarin, Zsemle, Lilahagyma	Sonkakrém, Teljes kiőrlésű kifli, Uborka			

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**Diétás étkeztetést biztosítunk!**

Étlapbeli jelzés: **TejM**: tejmentes

Készítette:

*Lévainé Perge Eliza*

**Lévainé Perge Eliza**  
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:  
Chmara Marianna  
2026-06-12 12:35:43 +0200



**Chmara Marianna**  
főigazgató