

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. július 1-3.
27. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI			Citromos tea, sertéspárizsi, Delma joghurtos margarin, Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	LM tej Mini jam Teljes kiőrlésű kenyér	Vaníliás LM tej LM körözöttes fehér kenyér; uborka
EBÉD			Zöldborsóleves Brassói aprópecsenye Céklasaláta	Tárkonyos csirkeleves (LM összetevőkből) Zöldborsós galuska Uborkasaláta	Bakonyi betyárleves (LM összetevőkből) Dejós metélt Sárgabaracklekvár
UZSONNA			LM trappista sajt Ráma margarin Fehér kenyér, ivólé 100%-os	Ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika	Zöldfűszeres margarinkrém, Teljes kiőrlésű kenyér; Paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: LM: laktózmentes

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-07-03 14:23:29 +0200



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. július 6-10.

28. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Gyümölcs tea Góliát szalámi, <i>Ráma margarin</i> , Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	<i>Tejeskávé</i> (LM tej) Sonkakrém Korpás kenyér, Uborka	Limonádé, Főtt virsli Ketchup Félbarna kenyér	<i>LM tej</i> <i>Mézes kenyér</i>	Citromos tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Póréhagyma
EBÉD	Kertész-leves Borsos tokány Bulgur Káposztasaláta	Bazsalikomos paradicsomleves Csirkeragu Zöldséges párolt rizs	Májgaluskaleves Tojásos nokedli Ecetes saláta	Húsleves Főtt hús Meggymártás Főtt burgonya	<i>Fejtett bableves</i> (LM összetevőkből) Rántott halszeletek Párolt rizs Barackbefőtt
UZSONNA	<i>LM Kockasajtkrém</i> Fehér kenyér	<i>Mini jam</i> <i>Delma margarin</i> <i>Fehér kenyér</i>	Házi <i>LM sajtos-</i> sonkás Teljes kiőrlésű kenyér Tv.paprika	Tepertőkrém Teljes kiőrlésű kenyér Uborka	<i>Vaníliás LM</i> <i>túrókrém</i> Fehér kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: LM: laktózmentes

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna
2026-07-03 14:23:34 +0200



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. július 13-17.

29. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Zöld tea, Párizsi, Ráma margarin teljes kiőrlésű kenyér Tv. paprika	Csipketea LM körözött, Fehér kenyér	Vaníliás LM tej Főtt krinolin Mustár Teljes kiőrlésű kenyér Uborka csíkok	Limonádé, Olasz felvágott margarinos teljes ki- őrlésű kenyér	Tejeskávé (LM összetevőkből) LM sajtkrém, Korpás kenyér, Pritamin paprika
EBÉD	Alföldi gulyásleves Szilvás derelye	Csontleves Rakott brokkoli barna rizzsel (LM összetevőkből) Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Hentes tokány Párolt rizs	Zöldség krémleves (LM összetevőkből) Pirított kenyérkocka Vagdalt Burgonyapüré (LM összetevőkből) Vitaminsaláta	Zöldborsó leves Sült kolbászkarikák Sárgaborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér
UZSONNA	Reszelt LM trappista sajt Delma multivitamin Fehér kenyér	Szendvics sonka, Delma margarin Korpás kenyér Paradicsom	Natúr LM joghurt LM sajtos-margari- nos Fehér kenyér	Gyümölcsös LM túró- krém Félbarna kenyér	Lekváros kenyér Almalé 2 dl-es

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: LM: laktózmentes

Készítette:

Lévainé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna
2026-07-03 14:25:23 +0200

