

25-hg/2026

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
**TEJFEHÉRJE-BANÁN-KÖRTE-NARANCS-MANDARIN-ALMA-
GÖRÖGDINNYE-ÉDESÍTŐSZERMENTES**

É T L A P

2026. október 1-2.
40. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI				<i>Rizsital Mézes-margarinos kenyér</i>	<i>Kakaó (Rizsital) Hamburger (teljes kiőrlésű zsemle)</i>
EBÉD				<i>Francia hagymaleves (TejM összetevőkből) Pirított kenyérkocka Csirkemájrizottó Barackbefőtt</i>	<i>Őszi zöldségleves kelkáposztával Zöldborsós sertésragu Főtt bulgur</i>
UZSONNA				<i>Herkules szalámi Ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Tv.paprika</i>	<i>Liga margarin Teljes kiőrlésű kifli</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: **TejM**: tejmentes

Készítette: *Lévainé Perge Eliza*

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-09-25 11:29:18 +0200



Jóváhagyta:

Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
**TEJFEHÉRJE-BANÁN-KÖRTE-NARANCS-MANDARIN-ALMA-
GÖRÖGDINNYE-ÉDESÍTŐSZERMENTES**

É T L A P

2026. október 5-9.
41. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Karamellás rizsital</i> <i>Zöldfűszeres</i> <i>margarinkrém</i> <i>Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Csipketea</i> <i>Melegszendvics</i> <i>(korpás zsemle)</i> <i>Majonéz</i> <i>Fejes saláta</i>	<i>Kakaó</i> <i>(rizsitalból)</i> <i>Csirkemájkrém</i> <i>Fehér kenyér</i> <i>Tv.paprika</i>	<i>Gyümölcstea</i> <i>Petrezselymes</i> <i>tojáskrém</i> <i>Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Rizsital</i> <i>Ráma margarin</i> <i>Fehér kenyér</i> <i>Pritamin paprika</i>
EBÉD	<i>Egri húsleves</i> <i>Sült virsli</i> <i>Brokkolifőzelék</i> <i>(TejM összetevőkből)</i> <i>Fehér kenyér</i>	<i>Zöldborsóleves</i> <i>Erdélyi rakott</i> <i>káposzta</i> <i>(TejM</i> <i>összetevőkből)</i> <i>Félbarna kenyér</i>	<i>Bakonyi betyárleves</i> <i>(TejM</i> <i>összetevőkből)</i> <i>Mákos tészta</i> <i>Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Karfiolleves</i> <i>(TejM összetevőkből)</i> <i>Édes-savanyú</i> <i>mártásos csirke</i> <i>Főtt rizs</i>	<i>Daragaluska leves</i> <i>Rácbab paprikás</i> <i>(TejM összetevőkből)</i> <i>Teljes kiőrlésű kenyér</i>
UZSONNA	<i>Delma margarin</i> <i>Zsemle</i> <i>Szilva</i>	<i>Almalé 2 dl-es</i> <i>Teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Sonka</i> <i>Ráma margarin</i> <i>Korpás kenyér</i> <i>Uborka</i>	<i>Szendvicssonka</i> <i>Delma light</i> <i>margarin</i> <i>Korpás kenyér</i> <i>Paradicsom</i>	<i>Mini méz</i> <i>Teljes kiőrlésű kifli</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: **TejM**: tejmentes

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-09-25 11:29:18 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
**TEJFEHÉRJE-BANÁN-KÖRTE-NARANCS-MANDARIN-ALMA-
GÖRÖGDINNYE-ÉDESÍTŐSZERMENTES**

É T L A P

2026. október 12-16.
42. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Rizsital</i> Gépsonka, Margarinos teljes kiőrlésű kenyér; Kaliforniai paprika	Gyümölcsstea <i>Sült teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Tejeskávé</i> (rizsitalból) Főtt tojás, Ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	<i>Rizsital</i> <i>Mézes-margarinos kenyér</i>	Citromos tea <i>Sonkakrém</i> Teljes kiőrlésű kenyér Tv.paprika
EBÉD	Csontleves Sertéspörkölt <i>Szemesbabfőzelék</i> (TejM összetevőkből) Fehér kenyér	Gulyásleves <i>Krumplis tészta</i> Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Vadas sertéstokány Tésztakörte	<i>Sajtkrémleves</i> (TejM összetevőkből) Pirított kenyérkocka Gombás sertésragu Párolt rizs	Zöldségleves betű tésztával <i>Fűszeres-fokhagymás halfilé</i> Petrezselymes burgonya
UZSONNA	<i>Mézes-margarinos</i> <i>Teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Őszibarack szelet</i> <i>Liga margarin</i> Teljes kiőrlésű zsemle	Löncs felvágott Liga margarin Fehér kenyér Uborka	<i>Lilahagyma</i> <i>Ráma margarin</i> Teljes kiőrlésű kenyér	Delma margarinos Zsemle

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
2026-09-25 11:29:18 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
**TEJFEHÉRJE-BANÁN-KÖRTE-NARANCS-MANDARIN-ALMA-
GÖRÖGDINNYE-ÉDESÍTŐSZERMENTES**

É T L A P

2026. október 19-23.
43. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Zöldtea <i>Ráma margarin</i> Teljes kiőrlésű kenyér Fekete retek	<i>Vaniliás rizsital</i> Zöldfűszeres omlett Teljes kiőrlésű zsemle	Gyümölcsstea Bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyér)	<i>Kakaó</i> (<i>rizsital</i>) Párizsikrém Korpás kenyér Zöldhagyma	
EBÉD	Süttőtökrémleves (<i>TejM összetevőkből</i>) Pirított kenyérkocka Hentes tokány Petrezselymes rizs	Szivárvány leves Bolognai spagetti	Lebbencsleves Stefánia vagdalt <i>Zöldborsófőzelék</i> (<i>TejM összetevőkből</i>) Félbarna kenyér	Zöldbabos sertésraguleves <i>Tejbe riz</i> (<i>TejM összetevőkből</i>) Fahéjas szórat Fehér kenyér	
UZSONNA	<i>Ráma margarin</i> Teljes kiőrlésű zsemle	<i>Ráma margarin</i> Zsemle Lilahagyma	Csirkemájkrém Korpás kenyér Pritamin paprika	<i>Mézes-margarinos</i> Teljes kiőrlésű kifli	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!
Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentes

Készítette:
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-09-25 11:29:18 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
**TEJFEHÉRJE-BANÁN-KÖRTE-NARANCS-MANDARIN-ALMA-
GÖRÖGDINNYE-ÉDESÍTŐSZERMENTES**

É T L A P

2026. október 26-30.
44. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Csipketea, Sonkakrém, Teljes kiőrlésű zsemle, Lilahagyma	Citromos tea, Melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyér)	Rizsital Mézes-margarinos kenyér	Kakaó (Rizsital) Lekváros-margarinos kenyér	Gyümölcstea, Mustáros párizsikrém, Korpás kenyér
EBÉD	Zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves (TejM összetevőkből) Pirított kenyérkocka Natúr csirkemell Mexikói rizs	Erőleves Székelykáposzta (TejM összetevőkből) Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves brokkolival Csikós tokány (TejM összetevőkből) galuskával	Babéros csirkemájleves Zöldséges sertésragu Bulgur
UZSONNA	Mini jam Teljes kiőrlésű kifli	Teljes kiőrlésű kifli Gyümölcslé 2 dl-es	Csemege szalámi, Margarinos zsemle, Paradicsom	Sárgarépakrém Teljes kiőrlésű kenyér	Turista felvágott, margarinos zsemle, Retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!
Étlapbeli jelzés: **TejM**: tejmentes

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

Jóváhagyta:
Chmara Marianna
főigazgató

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-09-25 11:31:29 +0200

