

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

FÖLDIMOGYORÓMENTES

É T L A P

2026. október 1-2.

40. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI				<i>Tej</i> <i>Mézes-margarinos</i> <i>kenyér</i>	<i>Kakaó</i> <i>Hamburger</i> <i>(zsemle)</i>
EBÉD				<i>Francia</i> <i>hagymaleves</i> <i>Levesgyöngy</i> <i>Csirkemájrizottó</i> <i>Barackbefőtt</i>	<i>Őszi zöldségleves</i> <i>kelkáposztával</i> <i>Zöldborsós sertésragu</i> <i>Főtt bulgur</i>
UZSONNA				<i>Herkules szalámi</i> <i>Ráma margarin</i> <i>Zsemle</i> <i>Tv.paprika</i>	<i>Fatörzs kifli</i> <i>Alma</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

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!

FÖLDIMOGYORÓMENTES

É T L A P

2026. október 5-9.

41. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Karamellás tej Zöldfűszeres sajtkrém <i>Zsemle</i>	Csipketea Melegszendvics <i>(zsemle)</i> Majonéz Fejes saláta	Kakaó Csirkemájkrém <i>Zsemle</i> Tv.paprika	Gyümölcstea Petrezselymes tojáskrém <i>Zsemle</i>	Tej Trappista sajt Ráma margarin <i>Zsemle</i> Pritamin paprika
EBÉD	Egri húsleves Sült virsli Sajtos brokkolifőzelék Fehér kenyér	Zöldborsóleves Erdélyi rakott káposzta Félbarna kenyér	Bakonyi betyárleves Ízes fánk	Tejfölös karfiolleves Édes-savanyú mártásos csirke Főtt rizs	Daragaluska leves Rácbab paprikás Teljes kiőrlésű kenyér
UZSONNA	Vajkrém <i>Zsemle</i> Szilva	Natúr joghurt Fatörzs kifli	Házi füstölt sajtkrém <i>Zsemle</i> Uborka	Szendvicssonka Delma light margarin <i>Zsemle</i> Paradicsom	<i>Almalé 2 dl-es</i> <i>Zsemle</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-09-25 11:29:19 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
FÖLDIMOGYORÓMENTES

É T L A P

2026. október 12-16.
42. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Tej, Gépsonka, Margarinos <i>zsemle</i> , Kaliforniai paprika	Gyümölcsstea Sült sajtos <i>zsemle</i>	Tejeskávé, Főtt tojás, Ráma margarin <i>Zsemle</i> Paradicsom	Tej Vajkrém <i>Fatörzs kifli</i>	Citromos tea Házi füstölt sajtkrém <i>Zsemle</i> Tv.paprika
EBÉD	Csontleves Sertéspörkölt Szemesbabfőzelék Fehér kenyér	Gulyásleves Túrós sztrapacska Teljes kiőrlésű kenyér	Tojásleves Vadas sertéstokány Tésztakörte	Sajtkrémleves Píritott kenyérkocka Gombás sertésragu Párolt rizs	Zöldségleves betű tésztával Fűszeres harcsafilé fokhagymás öntettel Petrezselymes burgonya
UZSONNA	Fatörzs kifli Banán	Gyümölcsös túrókrém <i>Zsemle</i>	Löncs felvágott Liga margarin <i>Zsemle</i> Uborka	Lilahagymás körözött <i>Zsemle</i>	Delma margarin <i>Zsemle</i> , Körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Készítette: 
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-09-25 11:29:20 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
FÖLDIMOGYORÓMENTES

É T L A P

2026. október 19-23.
43. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Zöldtea Reszelt trappista sajt Ráma margarin <i>Zsemle</i> Fekete retek	Vaníliás tej Zöldfűszeres omlett <i>Zsemle</i>	Gyümölcsstea Bundás zsemle	Csoki pudingos tej Párizsikrémes <i>zsemle</i> Zöldhagyma	
EBÉD	Sütőtökrémleves Pirított kenyérkocka Hentes tokány Petrezselymes rizs	Szivárvány leves Bolognai spagetti Alma	Lebbencsleves Stefánia vagdalt Zöldborsófőzelék Félbarna kenyér	Zöldbabos sertésraguleves Tejbegríz Fahéjas szórat Fehér kenyér	
UZSONNA	Gyümölcslé 2 dl-es Vajas <i>fatörzs kifli</i>	Házi sajtkrém <i>Zsemle</i> Lilahagyma	Csirkemájkrém <i>Zsemle</i> Pritamin paprika	Kockasajt <i>Zsemle</i>	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

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

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-09-25 11:29:19 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

FÖLDIMOGYORÓMENTES

É T L A P

2026. október 26-30.

44. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Csipketea, Sonkakrémes, <i>Zsemle,</i> Lilahagyma	Citromos tea, Melegszendvics (<i>Zsemle</i>)	Tej, <i>Mini méz</i> <i>Zsemle</i>	Kakaó Kakaós kalács	Gyümölcstea, Mustáros párizsikrém, <i>Zsemle</i>
EBÉD	Zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves Levesgyöngy Natúr csirkemell Mexikói rizs Csemegeuborka	Erőleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves brokkolival Csikós tokány galuskával	Babéros csirkemájleves Zöldséges sertésragu Bulgur
UZSONNA	Gyümölcsös krémtúró <i>Zsemle</i>	Fatörzs kifli Gyümölcslé 2 dl-es	Csemege szalámi, Margarinos zsemle, Paradicsom	Sárgarépas sajtkrém <i>Zsemle</i>	Turista felvágott, margarinos zsemle, Retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Készítette: *Lévainé Perge Eliza*

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-01 15:46:58 +0200



Chmara Marianna
főigazgató