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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!
GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2026. november 2-6.
45. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	*Citromos tea,* *Soproni felvágott,* *Margarin,* *GM kenyér*	*Karamellás tej,* *Főtt virsli,* *Mustár,* *GM kenyér*	*Kakaó* *Teavaj,* *GM kenyér* ***Gyümölcsnap***	*Tej* *Tükörtojás,* *GM kenyér,* *Fejes saláta*	*Gyümölcstea,* *Lilahagymás körözött,* *GM kenyér*
EBÉD	*Paradicsomleves* *(GM tészta)* *Sült csirkecomb* *Petrezselymes rizs* *Vitaminsaláta*	*Zöldséges brokkolileves* *(GM tészta)* *Sertéspörkölt* *Sárgaborsófőzelék* *(GM összetevőkből)*	*Zöldségleves* *(GM tészta)* *Sonkás-zöldséges kocka* *(GM tészta)* *Narancs*	*Lencsegulyás* *(GM összetevőkből)* *Ízes palacsinta* *(GM összetevőkből)*	*Erőleves* *(GM tészta)* *Főtt hús* *Sóskamártás* *½ adag főtt burgonya*
UZSONNA	*Sertésmájkrém,* *GM kenyér* *Lilahagyma*	*Reszelt fahéjas alma* *GM kenyér*	*Házi sajtkrém,* *GM kenyér,* *Tv. paprika*	*Vajkrém,* *GM kenyér* *Mandarin*	*Turista szalámi,* *Margarin,* *GM kenyér* *Paradicsom*

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!
***GM**: gluténmentes*

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:20:06 +0200

Készítette:

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!
GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2026. november 9-13.
46. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	*Kakaó* *Vitaminos margarin* *GM kenyér* *Pritamin paprika*	*Vaníliás tej,* *Baromfi párizsi,* *Liga margarin,* *GM kenyér* *Kalifornia paprika*	*Gyümölcstea,* *Reszelt majonézes* *főtt tojás,* *GM kenyér* ***Zöldségnap***	*Tejeskávé* *Mézes margarin,* *GM kenyér*	*Zöldtea,* *Tejfölös-sajtos* *melegszendvics* *(GM kenyér)* *Paradicsom*
EBÉD	*Mészárosleves* *(GM tészta)* *Mákos GM tészta*	*Szegedi gulyásleves* *Kakaós palacsinta* *(GM összetevőkből)* *GM kenyér*	*Gyümölcsleves* *(GM összetevőkből)* *Sertésszelet Bp.* *módra* *Párolt rizs* *Céklasaláta*	*Köménymagleves* *(GM összetevőkből* *Pirított GM* *kenyérkocka* *Székelykáposzta* *Mandarin*	*Zöldségleves* *(GM tészta)* *Besamel mártásos* *halfilé* *Mexikói zöldséges* *rizs*
UZSONNA	*Mustáros tojáskrém,* *GM kenyér,* *Paradicsom*	*Zöldfűszeres sajtkrém* *GM kenyér* *Uborka*	*Sonkakrém,* *GM kenyér* *Vegyes zöldség*	*Kefir,* *GM cibatta*	*Reszelt füstölt sajt* *Ráma margarin* *GM ciabatta*

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!
***GM**: gluténmentes*

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:20:06 +0200
Szigné

Készítette:
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!
GLUTÉNMENTES

É T L A P

2026. november 16-20.
47. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	*Csokis tej,* *LM vajas-lekváros teljes kiőrlésű kenyér*	*Csipketea,* *Tojásos melegszendvics* *(GM kenyér)*	*Kakaó* *Toast sonka,* *Liga margarin* *GM kenyér* ***Gyümölcsnap***	*Citromos tea,* *Hamburger* *(GM ciabatta)*	*Tej,* *Delma light margarin* *GM kenyér* *Reszelt fekete retek*
EBÉD	*Zöldborsóleves* *(GM tészta)* *Vagdalt* *(GM összetevőkből)* *Kefíres tökfőzelék* *Narancs*	*Csontleves* *(GM tészta)* *Fűszeres halfilé* *Párolt rizs* *Tartármártás*	*Zöldséges karfiolleves* *(GM tészta)* *Szatmári rakott burgonya* *(GM összetevőkből)* *GM kenyér*	*Kertészleves* *(GM tészta)* *Bakonyi sertéstokány* *GM tészta*	*Nyírségi gombócleves* *(GM tészta)* *Mákos GM metélt* *GM kenyér*
UZSONNA	*Párizsi,* *Delma margarin,* *GM kenyér,* *Jégcsapretek*	*Petrezselymes túrókrém* *GM kenyér,* *Paradicsom*	*Kenőmájas,* *GM ciabatta,* *Uborka*	*Kockasajt,* *vajkrém,* *GM ciabatta*	*Gyümölcslé 2 dl-es* *Sajtos GM kenyér*

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!
***GM**: gluténmentes*

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:20:04 +0200

Készítette:
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!
GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2026. november 23-27.
48. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	*Vaníliás tej, Lekváros GM kenyér*	*Karamellás tej, Delma multivitaminos margarin, GM tészta, Uborka*	*Tej, Sajtos sült GM kenyér Paradicsom* ***Zöldségnap***	*Zöldtea, Tepertőkrém, GM kenyér, Lilahagyma*	*Gyümölcstea, Meggyes krémtúró GM kenyér*
EBÉD	*Zöldséges fehérbableves (GM tészta) Bácskai rizseshús Csemege uborka*	*Bakonyi betyárleves Rizsfelfújt (lekvár)*	*Tojásleves Temesvári sertésszelet Orsó GM tészta*	*Lebbencsleves Velence szelet Finomfőzelék GM kenyér*	*Zöldségleves csirkemájjal GM tészta Paprikás burgonya virslivel Vitaminsaláta*
UZSONNA	*Házi csirkemájkrém, GM kenyér, Póréhagyma*	*Gépsonka, margarin, GM kenyér*	*Mézes-margarinos GM kenyér*	*Narancs GM ciabatta*	*Liga margarin GM kenyér Mandarin*

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!
***GM**: gluténmentes*

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:20:05 +0200

Készítette:
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!
GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2026. november 30.
49. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	*Tej,* *Margarinos teljes kiőrlésű kifli* *Mini méz*				
EBÉD	*Erdei gyümölcsleves* *Fűszeres csirkemell* *Párolt rizs* *Grill zöldség*				
UZSONNA	*Reszelt sajtos-margarinos GM kenyér* *Uborka*				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!
***GM**: gluténmentes*

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:20:07 +0200

Készítette:
Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:
Chmara Marianna
főigazgató