

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJ-TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.november 2-6.

45. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	Citromos tea, Soproni felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Karamellás rizsital, Főtt virsli, Mustár, Fehér kenyér	Kakaó (rizsitalból) Ráma margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Rizsital Szendvicssonka Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér, Fejes saláta	Gyümölcstea, Sonkakrém Fehér kenyér Lilahagyma
EBÉD	Paradicsomleves (GM tészta) Sült csirkecomb Petrezselymes rizs Vitaminsaláta	Zöldséges brokkolileves (GM tészta) Sertéspörkölt Sárgaborsófőzelék	Zöldségleves (GM tészta) Sonkás-zöldséges GM kocka Narancs	Lencsegulyás Grizes GM tészta	Erőleves (GM tészta) Főtt hús Sóskamártás (TejM összetevőkből) ½ adag főtt burgonya
UZSONNA	Sertésmájkrém, Teljes kiőrlésű kenyér Lilahagyma	Reszelt fahéjas alma Korpás kenyér	Liga margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Delma multivitamin, Zsemle, Mandarin	Turista szalámi, Margarin, Teljes kiőrlésű kifli Paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentes TM: tojásmentes

Készítette:

Lé Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:17:11 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJ-TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.november 9-13.

46. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Rizsital</i> Vitaminos margarin Fehér kenyér Pritamin paprika	<i>Vaníliás rizsital,</i> Baromfi párizsi, Liga margarin, Félbarna kenyér Kalifornia paprika	Gyümölcstea, <i>Sonka</i> <i>Delma margarin,</i> Teljes kiőrlésű kenyér	<i>Tejeskávé</i> (<i>rizsitalból</i>), Mézes margarin, Fehér kenyér	Zöldtea, <i>Melegszendvics</i> (Fehér kenyér) Paradicsom
EBÉD	Mészárosleves (<i>GM tészta</i>) <i>Grízes GM tészta</i> Sárgabaracklekvár	Szegedi gulyásleves <i>Kakaós palacsinta</i> (<i>TejM, TM</i> <i>összetevőkből</i>) Fehér kenyér	Gyümölcsleves (<i>TejM összetevőkből</i>) Sertésszelet Bp. módra Párolt rizs Céklasaláta	Köménymaglevés Piritott kenyérkocka Székelykáposzta (<i>TejM összetevőkből</i>) Mandarin	Zöldségleves (<i>GM tészta</i>) <i>Natúr halfilé</i> Mexikói zöldséges bulgur
UZSONNA	<i>Sonkakrém,</i> Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Zöldfűszeres <i>margarinkrém</i> Teljes kiőrlésű kifli Uborka	Sonkakrém, Zsemle, Vegyes zöldség	<i>Almalé 2 dl-es</i> Korpás kifli	<i>Ráma margarin</i> Teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentes TM: tojásmentes

Készítette:



Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:17:11 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJ-TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.november 16-20.

47. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Rizsital ráma margarin lekváros teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Csipketea, Melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyér)</i>	<i>Kakaó (Rizsital) Toast sonka, Liga margarin Fehér kenyér</i>	<i>Citromos tea, Hamburger (teljes kiőrlésű zsemle)</i>	<i>Rizsital Delma light margarin Korpás kenyér Reszelt fekete retek</i>
EBÉD	<i>Zöldborsóleves (GM tészta) Vagdalt (TM összetevőkből) Tökfőzelék (TejM összetevőkből) Narancs</i>	<i>Csontleves (GM tészta) Fűszeres halfilé Párolt rizs</i>	<i>Zöldséges karfiolleves (GM tészta) Szatmári rakott burgonya (TM, TejM összetevőkből) Félbarna kenyér</i>	<i>Kertészleves (GM tészta) Bakonyi sertéstokány (TejM összetevőkből) GM tészta</i>	<i>Nyírségi gombócleves (GM tészta, TejM összetevőkből) Mákos GM metélt Teljes kiőrlésű kenyér</i>
UZSONNA	<i>Párizsi, Delma margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Jégcsapretek</i>	<i>Petrezselymes margarinkrém Fehér kenyér, Paradicsom</i>	<i>Kenőmájas, Teljes kiőrlésű kifli, Uborka</i>	<i>Almalé 2 dl-es, Teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Gyümölcsle 2 dl-es Liga margarin Teljes kiőrlésű kenyér</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentes TM: tojásmentes

Készítette:



Lévainé Perge Eliza

élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna
2026-10-21 18:17:10 +0200



Chmara Marianna

főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJ-TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.november 23-27.

48. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Vaníliás rizsital, Lekváros kenyér</i>	<i>Karamellás rizsital, Delma multivitaminos margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka</i>	<i>Rizsital Sült teljes kiőrlésű kifli Paradicsom</i>	<i>Zöldtea, Tepertőkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma</i>	<i>Gyümölcstea, Lekváros Teljes kiőrlésű kenyér</i>
EBÉD	<i>Zöldséges fehérbableves (GM tészta) Bácskai rizseshús Csemege uborka</i>	<i>Bakonyi betyárleves Rizsfelfújt (TejM összetevőkből) (lekvár)</i>	<i>Köménymaglevés Pirított kenyérkocka Temesvári sertésszelet (TejM összetevőkből) Orsó GM tészta</i>	<i>Lebbencsleves (GM tészta) Velence szelet (TejM összetevőkből) Finomfőzelék (TejM összetevőkből) Fehér kenyér</i>	<i>Zöldségleves (GM tészta) Paprikás burgonya virslivel Vitaminsaláta</i>
UZSONNA	<i>Házi csirkemájkrém, Teljes kiőrlésű kifli, Póréhagyma</i>	<i>Gépsonka, margarin, Teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Mézes teljes kiőrlésű kenyér</i>	<i>Narancs Teljes kiőrlésű kifli</i>	<i>Liga margarin Teljes kiőrlésű kifli Mandarin</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentesTM: tojásmentes

Készítette:



Lévainé Perge Eliza
élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:
Chmara Marianna
2026-10-21 18:17:12 +0200



Chmara Marianna
főigazgató

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

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

TEJ-TOJÁSMENTES

É T L A P

2026.november 30.

49. hét

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
TÍZÓRAI	<i>Rizsital Margarinos kenyér Mini méz</i>				
EBÉD	<i>Erdei gyümölcsleves (TejM összetevőkből) Fűszeres csirkemell Párolt rizs Grill zöldség</i>				
UZSONNA	<i>Margarinos zsemle Uborka</i>				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Diétás étkeztetést biztosítunk!

Étlapbeli jelzés: TejM: tejmentesTM: tojásmentes

Készítette:

L. Perge Eliza

Lévainé Perge Eliza

élelmezésvezető/dietetikus

Jóváhagyta:

Elektronikusan aláírta:

Chmara Marianna
2026-10-21 18:17:13 +0200



Chmara Marianna

főigazgató