

**2021/2022-es tanév ÉTLAP\* október hóra**

		39. hét
Október 01.	Péntek	Erdei gyümölcsleves Szezámagos rántott harcsafilé, jázminrizs, Tzatziki saláta
		40. hét
Október 04.	Hétfő	Zöldséges fejtett bableves füstölt hússal Sajtos-sonkás tészta, Gyümölcs
Október 05.	Kedd	Daragaluska leves Kapros tökfőzelék, vagdalt pogácsa, Tk. kenyér
Október 06.	Szerda	Fokhagyma krémleves, levesgyönggyel Pincepörkölt, Cékla saláta, Tk. kenyér, Gyümölcs
Október 07.	Csütörtök	Lebbencsleves Csőben sült húsos brokkoli, Müzli szelet
Október 08.	Péntek	Tejfölös zöldbableves Májás csirkeragu, párolt rizs, Csemege uborka
		41. hét
Október 11.	Hétfő	Csontleves eperlevéllel Lencsefőzelék, Sült debreceni, Tk. kenyér, Gyümölcs
Október 12.	Kedd	Zöldséges karfiolleves Paradicsomos húscombóc, Főtt burgonya, Tk. kenyér
Október 13.	Szerda	Májgaluska leves Carbonara spagetti reszelt sajttal, Gyümölcs
Október 14.	Csütörtök	Fahéjas szilvaleves Rántott harcsafilé, Jázmin rizs, Tartár mártás
Október 15.	Péntek	Sütőtök krémleves, Pírtott tökmag Zöldborsós pulykaragu, Bulgur, Gyümölcs
		42. hét
Október 18.	Hétfő	Sertés raguleves, Tk. kenyér Túrós csusza, sült szalonnával, tejszeles öntet, Gyümölcs
Október 19.	Kedd	Zöldségleves Erdélyi rakott káposzta, Tk. kenyér, Túró rudi
Október 20.	Szerda	Karfiol krémleves pírított zsemlekockával Édes-savanyú csirkeragu, Jázmin rizs
Október 21.	Csütörtök	Marhagulyás Finomfőzelék, Főtt tojás, Tk. kenyér, Müzli szelet
Október 22.	Péntek	Tejfölös karalábéleves Sült sertéscsík, Hagymás tört burgonya, Párolt lilakáposzta
		43. hét
Október 25.	Hétfő	Őszi szünet
Október 26.	Kedd	
Október 27.	Szerda	
Október 28.	Csütörtök	
Október 29.	Péntek	

\*idény gyümölcs váltva (szőlő, szilva, őszibarack, alma, körte, banán, kivi, narancs, stb.)

**\*Az étlap változtatás jogát az ÉSZ GSZ fenntartja magának!!**

Budapest, 2021. szeptember 06.

jóváhagyta,



Simonné dr. Németh Katalin  
GSZ igazgató