

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

Január 03.	Hétfő	Kolbászos lencseleves Darásmetélt barackkizzel, Gyümölcs
Január 04.	Kedd	Csontleves csigatésztával Kelkáposzta főzelék, Sertéspörkölt, Tk. kenyér, Müzli szelet
Január 05.	Szerda	Csurgatott tojásleves Lenmagos rántott harcsafilé, Bulgur (fél adag) Francia saláta (fél adag)
Január 06.	Csütörtök	Kertészleves Borsos tokány, Jázmin rizs
Január 07.	Péntek	Brokkoli krémleves, Leves gyöngy Bolognai spagetti, Túró rudi
Január 10.	Hétfő	Tejfölös zöldbabeleves Paprikás burgonya gazdagon, Cékla saláta
Január 11.	Kedd	Daragaluska leves Tökfőzelék, Sertésvagdalt, Tk. kenyér, Müzli szelet
Január 12.	Szerda	Paradicsomleves betűtésztával Tavaszi rizses hús, Csemege uborka
Január 13.	Csütörtök	Gulyásleves, Tk. kenyér Túrósmetélt, Gyümölcs
Január 14.	Péntek	Meggyleves Bajor sertéssült, Hagymás törtburgonya (0,5 adag), Párolt káposzta (0,5 adag)
Január 17.	Hétfő	Tárkonyos sertésragu leves Káposztás kocka, Túró rudi
Január 18.	Kedd	Sütötök krémleves pirított tökmaggal Csikós tokány, főtt burgonya, Cékla saláta
Január 19.	Szerda	Reszelt tészta leves Harcsafilé sajt mártással, Jázmin rizs, Gyümölcs
Január 20.	Csütörtök	Orjaleves Sárgaborsó főzelék, pulykapörkölt, Tk. kenyér, Túró rudi
Január 21.	Péntek	Magyaros burgonyaleves Csirke gyros, Vegyes saláta, Joghurtos öntet, Pita
Január 24.	Hétfő	Palócleves, Tk. kenyér Mákos metélt, Gyümölcs
Január 25.	Kedd	Májgaluskaleves Paradicsomos káposztafőzelék, Sült debreceni, Tk. kenyér
Január 26.	Szerda	Zellerkrémleves, Sajtos cruton Rántott borda, Jázmin rizs (0,5 adag), Mexikói zöldkóret (0,5 adag)
Január 27.	Csütörtök	Tejfölös zöldséges karfiolleves Pincepörkölt, Csemege uborka
Január 28.	Péntek	Fahéjas almaleves Zöldborsós pulykaragu, Kusz-kusz, Gyümölcs
Január 31.	Hétfő	Fejtett babeleves füstölt hússal, Tk. kenyér Tejberizs kakaó szóráttal

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

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

**JÓ ÉTVÉGYPAT KIVÁNUNK!**

Budapest, 2021. november 22.

jóváhagyta



Simonné dr. Németh Katalin  
GSZ igazgató