***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. január 04. – 2021. január 08.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI:** Tea, kenyér teljes kiőrlésű, margarin, gépsonka, jégcsap retek

**EBÉD:** Pentelei raguleves

 Zöldborsós sertésragu, tészta

**UZSONNA:** Fatörzs kifli

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** Tej, kenyér teljes kiőrlésű, margarin, trapista sajt, sárgarépa

**EBÉD:** Burgonyanudli leves

 Milánói makaróni gomba nélkül

**UZSONNA:** Croissant

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Kakaó, kenyér teljes kiőrlésű, soproni felvágott, kígyóuborka

**EBÉD:** Sajtkrém leves

Tarhonyás hús, savanyú

**UZSONNA:** Tökmagos sajtos rúd, margarin

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tea, kifli, tojáskrém, TV paprika

**EBÉD:** Szárnyas raguleves

 Sonkával grillezett csirkemell, burgonyapüré

**UZSONNA:** Fahéjas csiga

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:** Narancsjuice 100%-os, korpás zsemle, margarin, uzsonna szelet, paradicsom

**EBÉD:** Bugaci húsgombóc leves

 Túró gombóc

**UZSONNA:** Burgonyás pogácsa

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. január 11. – 2021. január 15.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI:** Tej, teljes kiőrlésű kenyér, margarin, olasz szalámi, kígyóuborka

**EBÉD:** Lencseleves

 Fokhagymás sertéstokány, pirított burgonya

**UZSONNA:** Briós

**KEDD**

**TÍZÓRAI::** Tea, kenyér teljes kiőrlésű, főtt virsli, ketchup

**EBÉD:** Brokkolis csibeleves

 Fűszeres pulykasült, majonézes kukorica

**UZSONNA:** Gyümölcsös joghurt, kifli

**SZERDA**

**TÍZÓRAI::** Kakaó, kifli, margarin, szalámi, paradicsom

**EBÉD:** Karalábé leves

 Rántott csirkemell, rizi-bizi, savanyú

**UZSONNA:** Pizzás csiga

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI::** Tea, teljes kiőrlésű kenyér, krémsajt, retek

**EBÉD:** Sárgaborsó leves

Burgonyás tészta, savanyú

**UZSONNA:** Burgonyás pogácsa

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI::** Őszibarack lé, teljes kiőrlésű kenyér, margarin, zalai szalámi, tv paprika

**EBÉD:** Zöldség krémleves

 Paradicsomos húsgombóc, sós burgonya

**UZSONNA:** Kocka sajt, kifli

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. január 18. – 2021. január 22.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI::** Tea, búzakorpás diákrúd, fokhagymás felvágott, paradicsom

**EBÉD:** Alföldi gulyásleves

 Lecsós sertésborda, tarhonya

**UZSONNA:** Ízes levél

**KEDD**

**TÍZÓRAI::** Kakaó, kalács, margarin

**EBÉD:** Nyírségi gombócleves

 Paradicsomos káposzta főzelék, dino figura

**UZSONNA:** Kenyér teljes kiőrlésű, margarin, májkrém, kaliforniai paprika

**SZERDA**

**TÍZÓRAI::** Tea, kifli, margarin, párizsi, TV paprika

**EBÉD:** Karfiol leves

 Gordon csirkemell, rizi-bizi, savanyú

**UZSONNA:** Kalocsai sajtos rúd, margarin

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI::** Tea, kifli, turista szalámi, paradicsom

**EBÉD:** Húsleves

 Rakott burgonya, savanyú

**UZSONNA:** Kakaós csiga

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI::** Tejes kávé, kenyér teljes kiőrlésű, margarin, gépsonka, kígyóuborka

**EBÉD:** Fahéjas szilvaleves

 Rántott hal, párolt rizs, tartármártás

**UZSONNA:** Lekváros kenyér, margarin

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. január 25. – 2021. január 29.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI::** Tej, teljes kiőrlésű kenyér, margarin, tavaszi felvágott, kígyóuborka

**EBÉD:** Paradicsomleves

 Sertéspörkölt, tészta, savanyú

**UZSONNA:** Barackos párnácska 3db/fő

**KEDD**

**TÍZÓRAI::** Tea, kifli, margarin, vadász szelet, paradicsom

**EBÉD:** Csontleves

 Burgonyafőzelék, vagdalt

**UZSONNA:** Vaníliás csiga

**SZERDA**

**TÍZÓRAI::** Tea, teljes kiőrlésű kenyér, túrókrém, kaliforniai paprika

**EBÉD:** Magyaros zöldborsóleves

 Bolognai makaróni

**UZSONNA:** Sajtos holland perec

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI::** Kakaó, kifli, margarin, csirkemell sonka, tv paprika

**EBÉD:** Brokkoli krémleves

 Csirkemell kukoricával-sonkával-sajttal grillezve, majonézes burgonya saláta

**UZSONNA:** Krémtúró

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI::** Tea, teljes kiőrlésű kenyér, kópé felvágott, kígyóuborka

**EBÉD:** Májgaluska leves

 Rántott csirkecomb, burgonyapüré, savanyú

**UZSONNA:** Pogácsa