***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. október 04. – 2021. október 08.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Alföldi gulyásleves

 Csikós tokány, tészta

**UZSONNA:** Sajtos holland perec

**KEDD**

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

**EBÉD:** Görög gyümölcsleves

 Tavaszi szelet, vajas burgonya

**UZSONNA:** Vaníliás csiga

**SZERDA**

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

**EBÉD:** Zöldborsó leves

 Burgonyafőzelék, vagdalt

**UZSONNA:** Ízes bukta

**CSÜTÖRTÖK**

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

**EBÉD:** Pulykaragu leves

 Bolognai makaróni

**UZSONNA:** Krémtúró, kifli

**PÉNTEK**

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

**EBÉD:** Magyaros burgonyaleves

 Finomfőzelék, rántott csirkemell

**UZSONNA:** Tepertős pogácsa

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. október 11. – 2021. október 15.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Sárgaborsó gulyás

 Mákos nudli

**UZSONNA:** Fatörzs kifli

**KED**

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

**EBÉD:** Csontleves

 Milánói makaróni gomba nélkül

**UZSONNA:** Croissant

**SZERDA**

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

**EBÉD:** Paradicsomleves

 Rántott szelet, petrezselymes burgonya, savanyú

**UZSONNA:** Tökmagos sajtos rúd, margarin

**CSÜTÖRTÖK**

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

**EBÉD:** Májgombóc leves

 Lecsós szelet, tarhonya

**UZSONNA:** Fahéjas csiga

**PÉNTEK**

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

**EBÉD:** Erdei gyümölcsleves

 Töltött zsemle

**UZSONNA:** Burgonyás pogácsa

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. október 18. – 2021. október 22.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Bakonyi betyárleves

 Párizsi csirkemell, rizi-bizi, savanyú

**UZSONNA:** Briós

**KEDD**

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

**EBÉD:** Zöldségleves

 Sertéspörkölt, galuska, savanyú

**UZSONNA:** Gyümölcsös joghurt, kifli

**SZERDA**

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

**EBÉD:** Húsleves

 Nutellás gombóc

**UZSONNA:** Pizzás csiga

**CSÜTÖRTÖK**

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

**EBÉD:** Meggyleves

 Sajttal-sonkával grillezett csm, vajas burgonya

**UZSONNA:** Sajtos pogácsa

**PÉNTEK**

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

**EBÉD:** Spárgakrém leves

 Rántott csirkecomb, rizi-bizi, savanyú

**UZSONNA:** Kocka sajt, kifli

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2021. október 25. – 2021. október 29.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Babgulyás

 Tarhonyás hús, savanyú

**UZSONNA:** Ízes levél

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** Kakaó, kalács, margarin

**EBÉD:** Daragaluska leves

 Rántott sajt, párolt rizs, tartármártás

**UZSONNA:** Zsemle, margarin, májkrém, zöldség

**SZERDA**

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

**EBÉD:** Lebbencsleves

 Cordon csirkemell, kukoricás rizs

**UZSONNA:** Kalocsai sajtos rúd, margarin

**CSÜTÖRTÖK**

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

**EBÉD:** Almaleves

 Paradicsomos káposzta főzelék, vagdalt

**UZSONNA:** Kakaós csiga

**PÉNTEK**

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

**EBÉD:** Brokkoli krémleves

 Szezámmagos csirkemell, zöldséges rizs

**UZSONNA:** Barackos croissant