***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. október 31. – 2022. november 04.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**SZÜNET**

**KEDD**

**SZÜNET**

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Tea,Rozsos kenyér,fokhagymás felvágott,zöldség

**EBÉD:** Húsleves

Sóskamártás,sós burgonya,főtt tojás

**UZSONNA:** Piskóta szelet

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tej, Párizsi,kenyér,zöldség

**EBÉD:** Meggyleves

Paprikás csirkecomb,tészta

**UZSONNA:** Gépsonkás zsemle zöldség

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:** Tea,fehér kenyér,krémsajt,zöldség

**EBÉD:** Spárga krémleves

 Darásmetélt baracklekvárral

**UZSONNA:** Túró rúdi

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. november 07. – 2022. november 11.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI:** Tea, rozsos kenyér, margarin, olasz szalámi, zöldség

**EBÉD:** Daragaluska leves

tarhonyás hús,csemegeuborka

**UZSONNA:** Tejszelet

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** Tej, kenyér,párizsi krém, zöldség

**EBÉD:** Nyírségi gombócleves

Rántott sajt,párolt rizs,tartármártás

**UZSONNA:** Puding

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Tea, kenyér,tojáskrém,zöldség

**EBÉD:** Lebbencsleves

Szilvás gombóc

**UZSONNA:** Lekváros fánk

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Kakaó, teljes kiőrlésű kenyér,vaj,zöldség

**EBÉD:** Gyöngybab leves

 Paradicsomos káposzta főzelék,vagdalt

**UZSONNA:** Kenyér,paprikás szalámi,zöldség

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:** Tea,kenyér,túrókrém,zöldség

**EBÉD:** Karalábéleves

 Pirított csirkemáj,sós burgonya,csemegeuborka

**UZSONNA:** Piskóta szelet

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. november 14. – 2022. november 18.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI:** Tea,kenyér teljes kiőrlésű, fokhagymás felvágott, zöldség

**EBÉD:** Sütőtök krémleves

 Füstölt kolbászos sertésragu,sós burgonya

**UZSONNA:** Joghurt,keksz

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** Tej, teljes kiőrlésű kenyér, gépsonka,zöldség

**EBÉD:** Újházyleves

Fahéjas-almás gombóc

**UZSONNA:** Briós

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Tea,kenyér,margarin,sajt,zöldség

**EBÉD:** Zöldség krémleves

Zöldborsófőzelék,virsli

**UZSONNA:** Tejszelet

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tea, zsemle, debreceni sonkakrém, zöldség

**EBÉD:** Fahájas szilvakrém leves

Pennés csirke

**UZSONNA:** Piskóta szelet

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:** Tea, zsemle, margarin, zalai felvágott, zöldség

**EBÉD:** Csontleves

Rántott hal,párolt rizs,tartármártás

**UZSONNA:** Túró rúdi

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. november 21. – 2022. november 25.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI:** Tej, rozsos kenyér, margarin, tavaszi felvágott, zöldség

**EBÉD:** Gyömbéres barackleves

Pásztortarhonya,csemegeuborka

**UZSONNA:** Fánk

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** kakaó,kalács,margarin

**EBÉD:** Szárnyas raguleves

Rakott zöldbab

**UZSONNA:** Túró rúdi

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Tea,kenyér,párizsi krém,zöldség

**EBÉD:** Tarhonyaleves

Fűszeres csirkemell,pirított dara,gyümölcsmártás

**UZSONNA:** Tejszelet

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tej, fehér kenyér, margarin, csirkemell sonka, zöldség

**EBÉD:** Zöldségleves

Lecsós sertésborda,tarhonya

**UZSONNA:** Kenyér, margarin, zalai felvágott, zöldség

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:** Tea, rozsos kenyér, tonhalkrém, zöldség

**EBÉD:** Brokkoli krémleves

Bácskai rizses hús,csemegeuborka

**UZSONNA:** Piskóta szelet

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. november 28. – 2022. december 02.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

**TÍZÓRAI:** Tea,rozsos kenyér,májkrém,zöldség

**EBÉD:** Csontleves

Csikós tokány,tészta

**UZSONNA:** Lekváros fánk

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** Kakaó,vajas kenyér,zöldség

**EBÉD:** Zöldbableves

 Túrós csusza tejföllel

**UZSONNA:** Briós

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Tea,Teljes kiőrlésű kenyér,fokhagymás felvágott,zöldség

**EBÉD:** Zöldborsóleves

Rizsfelfújt málnaöntet

**UZSONNA:** Piskóta szelet

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tej, Párizsi,kenyér,zöldség

**EBÉD:** Pulykaragu leves

Rántott karfiol,párolt rizs,csemegeuborka

**UZSONNA:** Gépsonkás zsemle ,zöldség

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:** Tea, fehér kenyér, krémsajt, zöldség

**EBÉD:** Magyaros burgonyaleves

 Fejtett babfőzelék,füstölt tarja

**UZSONNA:** Túró rúdi