***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. október 03. – 2022. október 07.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Brokkoli krémleves

Rántott csirkemell,burgonyapüré

**UZSONNA:** Lekváros fánk

**KEDD**

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

**EBÉD:** Újházy leves

 Sajtos spagetti

**UZSONNA:** Briós

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Tea,Teljes kiőrlésű kenyér,fokhagymás felvágott,tv paprika

**EBÉD:** Tarhonyaleves

Zöldborsófőzelék,rántott szelet

**UZSONNA:** Piskóta szelet

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tej, Párizsi,kenyér,kápia paprika

**EBÉD:** Fahéjas szilvaleves

Pennés csirke

**UZSONNA:** Gépsonkás zsemle Kígyóuborka

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:**

**EBÉD:**

**UZSONNA:**

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. október 10. – 2022. október 15.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Sütőtök krémleves

Szezámmagos csirkemell,burgonyapüré

**UZSONNA:** Túró rudi

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** Tej, kenyér,párizsikrém, zöldség

**EBÉD:** Szárnyas raguleves

Sonkás kocka

**UZSONNA:** Puding

**SZERDA**

**TÍZÓRAI:** Tea, teljes kiőrlésű kenyér,tojáskrém,kápia paprika

**EBÉD:** Lebbencsleves

Csülökpörkölt,sós burgonya, savanyú

**UZSONNA:** Lekváros fánk

**CSÜTÖRTÖK**

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

**EBÉD:** Olasz zöldségleves

 Töltött csirkecomb,rizi-bizi,savanyú

**UZSONNA:** Gyümölcs szelet

**PÉNTEK**

**TÍZÓRAI:** Tea,kenyér,túrókrém,Tv paprika

**EBÉD:** Daragaluskaleves

 Paradicsomos húsgombóc,sós burgonya

**UZSONNA:** Piskóta szelet

**PÉNTEK**

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

**EBÉD:** Zöldbableves

 Rántott csirkemell,rizi-bizi,savanyú

**UZSONNA:** Fánk

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. október 17. – 2022. október 21.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Zöldségleves

 Rakott zöldbab

**UZSONNA:** Joghurt,keksz

**KEDD**

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

**EBÉD:** Alföldi gulyásleves

Túrós csusza tejföllel

**UZSONNA:** Briós

**SZERDA**

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

**EBÉD:** Zöldborsóleves

Burgonyafőzelék,vagdalt

**UZSONNA:** Tejszelet

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tea, kifli, debreceni sonkakrém, zöldpaprika

**EBÉD:** Almaleves

Bolognai orsó tészta

**UZSONNA:** Piskóta szelet

**PÉNTEK**

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

**EBÉD:** Magyaros burgonyaleves

Pirított csirkemell Jóasszony módra

**UZSONNA:** Túró rudi

***RÁCALMÁS ISKOLA ÉTLAP***

**2022. október 24. – 2022. október 28.**

 **Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

**HÉTFŐ**

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

**EBÉD:** Csontleves

Sertésborda Tanyasi módra,burgonyakrokett

**UZSONNA:** Fánk

**KEDD**

**TÍZÓRAI:** kakaó,kalács,margarin

**EBÉD:** Hortobágyi gulyásleves

Burgonyás tészta, csemegeuborka

**UZSONNA:** Túró rudi

**SZERDA**

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

**EBÉD:** Paradicsomleves

Rántott sertés szelet,petrezselymes burgonya,savanyú

**UZSONNA:** Tejszelet

**CSÜTÖRTÖK**

**TÍZÓRAI:** Tej, fehér kenyér, margarin, csirkemell sonka, tv paprika

**EBÉD:** Májgombócleves

Lecsós sertésborda,tarhonya

**UZSONNA:** Puding

**PÉNTEK**

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

**EBÉD:** Karfiolleves

Sült oldalas,sós burgonya,savanyú

**UZSONNA:** Gyümölcs szelet