

## 2022/23-es tanév” B”ÉTLAP\* Januári hóra

01. hét		
Január 02.	Hétfő	Téli szünet
Január 03.	Kedd	Téli szünet
Január 04.	Szerda	Téli szünet
Január 05.	Csütörtök	Téli szünet
Január 06.	Péntek	Téli szünet
02. hét		
Január 09.	Hétfő	Tejfölös zöldbableves, tarhonyás hús, csalamádé
Január 10.	Kedd	Sertés raguleves, Mákos fészkek, meggyes öntet, alma
Január 11.	Szerda	Lebbencsleves, Főtt virsli, zöldborsófőzelék, teljes kiőrlésű kenyér
Január 12.	Csütörtök	Almás szilva krémleves, Panírozott halporció, petrezselymes burgonya, csemege uborka
Január 13.	Péntek	Tojásleves, Zöldborsós csirkeragu, párolt rizs, káposztasaláta
03. hét		
Január 16.	Hétfő	Zeller krémleves, pir. zsemlekočka, Hentes sertéstokány, párolt rizs
Január 17.	Kedd	Zöldségleves, Sertéspörkölt, majorannás burgonyafőzelék, teljes kiőrlésű kenyér
Január 18.	Szerda	Tarhonyaleves, Paradicsomos húsos káposzta, teljes kiőrlésű kenyér
Január 19.	Csütörtök	Lencseleves, Sajtos tejfölös tészta, mandarin
Január 20.	Péntek	Paradicsomleves, Rántott sertéskaraj, zöldséges bulgur, vitaminsaláta
04. hét		
Január 23.	Hétfő	Húsleves, Ananászos csirkeragu, kuskusz
Január 24.	Kedd	Frankfurti leves, Tejbedara, dejós szórat
Január 25.	Szerda	Almalé 100%, Bácskai rizses hús, csemege uborka
Január 26.	Csütörtök	Magyaros gombaleves, Dínó szelet, tökfőzelék, teljes kiőrlésű kenyér
Január 27.	Péntek	Újhagymás burgonya krémleves, Bolognai sertésragu, spagetti, reszelt sajt
05. hét		
Január 30.	Hétfő	Meggye leves, Sertéspörkölt, szarvacska tészta, káposztasaláta
Január 31.	Kedd	Köménymagleves, pir. zsemlekočka, Húsgombóc, paradicsommártás, főtt burgonya, teljes kiőrlésű kenyér

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

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

Budapest, 2022. 11.30.

jóváhagyta:

**Simonné dr. Németh Katalin**  
GSZ igazgató