

2018.November 12-16-ig.

Hétfő	Reggeli:	Tízórai:
	Tejszín krémsajt,magvas stangli,zöldpaprika,gyüm.tea	
	Ebéd:	Nyírségi gombócleves
	Pulyka vagdalt szelet,paradicsomos káposztafőzelék,marg.pogácsa	Sólet,marg.pogácsa
	Vacsora:	Uzsonna:
		Tavaszi felvágót,Delma light margarin,vizes zsemle,trap.sajt
Kedd	Reggeli:	Tízórai:
	Pulykamell sonka,Delma light margarin,graham kenyér,kalifornia paprika,tejeskáv	
	Ebéd:	Húsleves
	Főtt hús,vadas mártás,tészta,Kinder Pingui	Zölds.göngyölt csirkemell,tört burgonya,Kinder Pingui
	Vacsora:	Uzsonna:
		Danone gyüm.joghurt,korpás keksz
Szerda	Reggeli:	Tízórai:
	Ostoros kalács,tej	
	Ebéd:	Kakukkfűves gombaleves
	Gyros,párolt rizs,tzatziki öntet,salátamix	Marhapörkölt,nokedli,savanyú uborka
	Vacsora:	Uzsonna:
		Vajkrém,kornspitz kifli,paradicsom,
Csütörtök	Reggeli:	Tízórai:
	Csirkemell sonka,Delma light margarin,magvas zsemle,kalifornia paprika,kakaó	
	Ebéd:	Zöldségleves
	Sajtos tejfölös pulykamell,párolt brokkolis zöldségkevesrék,1/2a petrezselymes burgonya	Rántott csirkemáj,párolt rizs,kefíres almás kukorica saláta
	Vacsora:	Uzsonna:
		Lekváros táská,alma
Péntek	Reggeli:	Tízórai:
	Szezámós fonott,kakaó	
	Ebéd:	Gulyásleves
	Diós tészta,alma	Túrógombóc,alma
	Vacsora:	Uzsonna:
		Pizza szelet,hohes c

AZ ÉTLAP VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK !
DIÉTÁS ÉTKEZTETÉST A KONYHA NEM BIZTOSÍT !