

2018 November 26-30

Hétfő	Reggeli:	Tízórai:
	Pápai sonka, Delma light margarin, tönköly kenyér, trap.sajt, kali.papr, gyüm.tea	
	Ebéd:	Csontleves
	Sertés sült, gyümölcs mártás, 1/2 a tört burgonya, müzli szelet	Sajtos rikottás töltött tészta, brokkoli mártás, müzli szelet
Vacsora:	Uzsonna:	
		Perec, hohes c
Kedd	Reggeli:	Tízórai:
	Kakós csiga, tej	
	Ebéd:	Burgonyaleves
	Tárkonyos csirkemell ragu, párolt bulgur, zöldsaláta, narancs	Székelykáposzta, banán
Vacsora:	Uzsonna:	
		Mozarella sajt, Delma light margarin, paradicsom, korland kenyér
Szerda	Reggeli:	Tízórai:
	Hercsi csirkemell sonka, Delma light margarin, rozsos-magvas zsemle, paradicsom, gyümölcs tea	
	Ebéd:	Zöldségleves
	Sertés vagdalt, sárgaborsófőzelék, grissini	Kínai csirkemellcsikok, párolt kuskusz, grissini
Vacsora:	Uzsonna:	
		Burgonyás pogácsa, alma
Csütörtök	Reggeli:	Tízórai:
	Tejfölös túró, zöldpaprika, magvas stangli, gyüm.tea	
	Ebéd:	Zöldbableves
	Rántott csirkemell, párolt rizs, savanyúság	Harcspaprikás, párolt árpagyöngy
Vacsora:	Uzsonna:	
		Lekváros táská, alma
Péntek	Reggeli:	Tízórai:
	Pulykamell sonka, Delma light margarin, olasz kifli, kígyóuborka, tejeskávé	
	Ebéd:	Joghurtos-karfiolleves
	Milánói makaróni, alma	Búboshús, petrezselymes burgonya, cékla saláta, alma
Vacsora:	Uzsonna:	
		Gyümölcs joghurt , korpás kifli

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