

**2019 Január 07 - 11 -ig.**

<b>Hétfő</b>	Tízórai:	<i>Tejszín krémsajt, korpás kifli, kalifornia paprika, gyüm.tea</i>	
	Ebéd:	<b>Grízgaluska-leves</b>	
		Mexikói chilis bab, kenyérlángos, müzli szelet	Német sertés tokány, nokedli, müzli szelet
	Uzsonna:	<i>Burgonyás pogácsa, mandarin</i>	
<b>Kedd</b>	Tízórai:	<i>Pick Tavaszi felvágót, Delma light margarin, rozsos kenyér, zöldpaprika, tejeskávé</i>	
	Ebéd:	<b>Zöldborsóleves</b>	
		Pulyka rizseshús, céklasaláta, alma	Savanyú.káp.göngyölt karaj, tört burgonya, céklasaláta, alma
	Uzsonna:	<i>Mozarella sajt, Delma light margarin, olasz kifli, zöldhagyma</i>	
<b>Szerda</b>	Tízórai:	<i>Kis briós, kakaó</i>	
	Ebéd:	<b>Zöldségleves</b>	
		Gombás halfilé, tészta, banán	Csirkepörkölt, tökfőzelék, banán
	Uzsonna:	<i>Actimel, korpás keksz</i>	
<b>Csütörtök</b>	Tízórai:	<i>Cini-minis gabonapehely, tej</i>	
	Ebéd:	<b>Brokkoli-krémleves</b>	
		Rántott sertésszelet, petrezselymes burgonya, barackbefőtt	Gyros, párolt barna rizs, tzatziki öntet, salátamix
	Uzsonna:	<i>Hercsi csirkemell sonka, Delma light margarin, magvas zsemle, Mizo 1/2a trap.sajt, jégsaláta levél</i>	
<b>Péntek</b>	Tízórai:	<i>Főtt virsli, kenyér, gyüm.tea</i>	
	Ebéd:	<b>Gulyásleves</b>	
		Túróstészta, mandarin	Káposztás tészta, mandarin
	Uzsonna:	<i>Grissini, Hohes c</i>	

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