

Vaszary János Általános Iskola, 2025. január hónap

	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.	tej, briós	csurgatott leves, paradicsomos káposztafőzelék, sült virsli, kenyér (teljes kiőrlésű)	sajtkrémes zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
7.	tej, magyaros vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	almaleves, sült csirkecomb, párolt rizs, saláta	gyümölcsjoghurt, kifli
8.	tej, paprikás szalámis kenyér	májgombócleves, mákos guba, gyümölcs	zsíros kenyér (teljes kiőrlésű), savanyú káposzta
9.	citromos tea, májas szendvicsskrém, kenyér, zöldség	daragaluskaleves, finomfőzelék, pulyka nuggets, kenyér (teljes kiőrlésű)	mazsolás krémtúrós kenyér (teljes kiőrlésű)
10.	tej, zöldfűszeres vajkrémes kenyér, főtt tojás karika	kelbimbóleves, rántott sajt, tört burgonya, tartármártás	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal, kigyóborka
11.			
12.			
13.	tejeskávé, kalács	tavaszi leves, parajfőzelék, főtt tojás, kenyér (teljes kiőrlésű)	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), soproni felvágott, zöldség
14.	citromos tea, körözöttes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	karfiolkrémleves, pirított zs. kocka, rántott hal, párolt rizs, tartármártás	joghurt, zsemle
15.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	bableves, bolognai makaróni, gyümölcs	műzliszelet
16.	tej, briós	hamis gulyásleves, gyümölcsmártás, sült hús, pirított dara	zabpelyhes-túrós tojáskrém, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldpaprika
17.	tej, gabonapehely	gyümölcslé, gyros fűszeres pulykacsikok, párolt rizs, amerikai káposztasaláta	gyümölcs
18.			
19.			
20.	tej, kalács	csontleves, zöldborsófőzelék, sült virsli, kenyér (teljes kiőrlésű)	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
21.	gyümölcstea, májas szendvicsskrém, kenyér	gyümölcslé, székelykáposzta, kenyér (teljes kiőrlésű), meggyes-zabpelyhes sütemény	gyümölcs, kifli
22.	tej, vajkrémes kenyér, sajt	zöldbabos burgonyaleves kolbásszal, kakaós csiga (teljes kiőrlésű), gyümölcs	szárnyashúskrémes zsemle (teljes kiőrlésű)
23.	tej, nutellás kenyér	zöldségleves, olaszos zöldséges ragu, orsó tészta	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), tavaszi felvágott, zöldség
24.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal	brokkolikrémleves, pirított zsemlekocka, rántott szelet, kukoricás rizs, saláta	gyümölcsjoghurt, kifli
25.			
26.			
27.	kakaó, kalács	kertészleves, sárgaborsófőzelék, sertéspörkölt, kenyér (teljes kiőrlésű)	vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs
28.	citromos tea, füstöltcsajtos szendvicsskrém, teljes kiőrlésű kenyér, zöldség	karalábéleves, vadasmártás, sült hús, spagetti	joghurt
29.	tej, zöldfűszeres vajkrémes kenyér	kelkáposztaleves virslivel, túrógombóc, gyümölcs	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), gépsonka
30.	gyümölcstea, körözöttes kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcslé, burgonyafőzelék, csirke nuggets, kenyér (teljes kiőrlésű)	tojáskrém, kifli, zöldség
31.	tej, zsíros kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	paradicsomleves, rántott hal (sütőben sütvé), sárgarépás rizs, saláta	mézes kenyér