

## Vaszary János Általános Iskola, 2024. november hónap

	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
1.			
2.			
3.			
4.	tejeskávés, kalács	tavaszi leves, parajfőzelék, főtt tojás, kenyér (teljes kiőrlésű)	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), soproni felvágott, zöldség
5.	citrómos tea, körözöttes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	karfiolkrémleves, pirított zs. kocka, rántott hal, párolt rizs, tartármártás	joghurt, zsemle
6.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	babeleves, bolognai makaróni, gyümölcs	múzliszelet
7.	tej, briós	hamis gulyásleves, gyümölcsmártás, sült hús, pirított dara	zabpelyhes-túrós tojáskrém, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldborsó
8.	tej, gabonapehely	gyümölcslé, gyros fűszeres pulykacsikok, párolt rizs, amerikai káposztasaláta	gyümölcs
9.			
10.			
11.	tej, kalács	csontleves, zöldborsófőzelék, sült virsli, kenyér (teljes kiőrlésű)	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
12.	gyümölcstea, májas szendvicssaláta, kenyér	gyümölcslé, székelykáposzta, kenyér (teljes kiőrlésű), meggyes-zabpelyhes sütemény	gyümölcs, kifli
13.	tej, vajkrémes kenyér, sajt	zöldbabos burgonyaleves kolbásszal, kakaós csiga (teljes kiőrlésű), gyümölcs	szárnyashúsos zsemle (teljes kiőrlésű)
14.	tej, nutellás kenyér	zöldségleves, olaszos zöldséges ragu, orsó tészta	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), tavaszi felvágott, zöldség
15.	citrómos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal	brokkolikrémleves, pirított zsemlekocka, rántott szelet, kukoricás rizs, saláta	gyümölcsjoghurt, kifli
16.			
17.			
18.	kakaó, kalács	kertészleves, sárgaborsófőzelék, sertéspörkölt, kenyér (teljes kiőrlésű)	vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs
19.	citrómos tea, füstöltsajtós szendvicssaláta, teljes kiőrlésű kenyér, zöldség	karalábéleves, vadasmártás, sült hús, spagetti	joghurt
20.	tej, zöldfűszeres vajkrémes kenyér	kelkáposztaleves virslivel, túrógombóc, gyümölcs	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), gépsonka
21.	gyümölcstea, körözöttes kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcslé, burgonyafőzelék, csirke nuggets, kenyér (teljes kiőrlésű)	tojáskrém, kifli, zöldség
22.	tej, zsíros kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	paradicsomleves, rántott hal (sütőben sütvé), sárgarépás rizs, saláta	mézes kenyér
23.			
24.			
25.	tej, briós	gyümölcslé, zöldborsófőzelék, párolt sertésragu, kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcs, korpás keksz
26.	gyümölcstea, turista szalámi, margarin, kenyér, zöldség	zöldborsóleves, tejfölös tokány, párolt rizs	mazsolás krémtúrós kenyér (teljes kiőrlésű)
27.	ívójoghurt, zsemle	gulyásleves, grízes tészta lekvárral, gyümölcs	halas szendvicssaláta kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
28.	tej, házi májkrém, kenyér (teljes kiőrlésű)	tejszínes hagymakrémleves pir. zsemlekockával, mexikói ragu, bulgur	vajkrémes kenyér, főtt tojás karika, zöldség
29.	tej, gabonapehely	gyümölcslé, rántott sajt, párolt rizs, saláta	gyümölcsjoghurt, magvas zsemle (teljes kiőrlésű)
30.			