

**2018/2019-as tanév ÉTLAP\* október hóra**


		40. hét
Október 1.	Hétfő	Tárkonyos zöldségleves Hentes tokány, bulgur, gyümölcs
Október 2.	Kedd	Vegyes gyümölcsleves Rántott harcsa, petrezselymes burgonya, tartármártás
Október 3.	Szerda	Erőleves eperlevéllel Mediterrán csirkeragu, penne tészta
Október 4.	Csütörtök	Májgaluska leves Zöldborsó főzelék, fokhagymás pulyka csíkok, tk. kenyér, gyümölcs
Október 5.	Péntek	Bakonyi sertés raguleves, tk. kenyér Grízes tészta baracklekvárral
		41. hét
Október 8.	Hétfő	Négy sajt leves, tk. zsemlekočka Borsos tokány, zöldséges kuszkus
Október 9.	Kedd	Daragaluska leves Lencsefőzelék, sült sonka, tk. kenyér, Túró Rudi
Október 10.	Szerda	Fahéjas almaleves BBQ csirkecomb filé, jázmin rizs, amerikai káposztasaláta
Október 11.	Csütörtök	Paradicsomleves Húsos rakott brokkoli, gyümölcs
Október 12.	Péntek	Tárkonyos pulyka raguleves, tk. kenyér Szilvás gombóc, gyümölcs
Október 13.	Szombat	Tejfölös gombaleves Pincepörkölt, csemege uborka
		42. hét
Október 15.	Hétfő	Babgulyás, tk. kenyér Tejberizs, kakaó vagy fahéj szórással
Október 16.	Kedd	Kertészleves Bolognai spagetti, gyümölcs
Október 17.	Szerda	Zöldborsó leves Szezámagos halfilé, jázmin rizs, remulád mártás
Október 18.	Csütörtök	Zöldséges tarhonyaleves Székelykáposzta árpagyönggyel, tk. kenyér, gyümölcs
Október 19.	Péntek	Csurgatott tojásleves Tejfölös burgonyafőzelék, fűszeres aprópecsenye, tk. kenyér
		43. hét
Október 22.	Hétfő	Munkaszüneti nap
Október 23.	Kedd	Munkaszüneti nap
Október 24.	Szerda	Zöldséges kelvirág leves Nagyecenki tokány, makaróni, Túró Rudi
Október 25.	Csütörtök	Alföldi gulyásleves, tk. kenyér Aranygaluska, vanília öntet, gyümölcs
Október 26.	Péntek	Lebbencs leves Finom főzelék, vagdalt, tk. kenyér
Október 27-29.		Őszi szünet

\*idény gyümölcs váltva (szőlő, szilva, őszibarack, alma, körte, banán, kivi, narancs, stb.)

**Az étlap változtatás jogát az ÉSZ GSZ fenntartja magának!!**

Budapest, 2018. július 23.

jóváhagyta:

  
Simonné dr. Németh Katalin  
GSZ igazgató

