

Vértesszőlősi Általános Iskola, 2023. szeptember hónap

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