***2025/2026-os tanév ÉTLAP\* október hóra***

|  |
| --- |
| **40. hét** |
| **Október 01.** | **Szerda** | Zöldségleves vajgaluskávalParadicsomos káposztafőzelék, Fokhagymás sertéscsíkok, Tk. kenyér |
| **Október 02.** | **Csütörtök** | Zellerkrémleves, LevesgyöngySült csirkecomb, Vajas burgonya, Vegyes vágott savanyúság |
| **Október 03.** | **Péntek** | Csurgatott tojáslevesVegán chilis bab, Tk. kenyér |
| **41. hét**  |
| **Október 06.** | **Hétfő** | Zöldséges tarhonyalevesLencsefőzelék, Sült sonkaszelet, Tk. kenyér, Gyümölcs |
| **Október 07.** | **Kedd** | Csontleves eperlevéllelCsirke gyros, Joghurtos öntet, Friss vegyes saláta, Steak burgonya ½ adag |
| **Október 08.** | **Szerda** | Tejfölös karfiollevesBorsos sertéstokány, Bulgur, Csemege uborka |
| **Október 09.** | **Csütörtök** | 100%-os gyümölcsléSokmagvas rántott harcsafilé, Jázmin rizs, Remulád mártás |
| **Október 10.** | **Péntek** | Magyaros zöldbablevesSütőtökös tejszínes penne, Reszelt sajt, Gyümölcs |
| **42. hét** |
| **Október 13.** | **Hétfő** | Kassai burgonyalevesPiskóta kocka, Csokoládé öntet, Gyümölcs |
| **Október 14.** | **Kedd** | Tavaszi zöldséglevesParadicsomos húsgombóc, Főtt burgonya ½ adag |
| **Október 15.** | **Szerda** | Májgaluska levesSzékelykáposzta árpagyönggyel, Tk. kenyér |
| **Október 16.** | **Csütörtök** | MeggylevesSajtos tejfölös csirkemell szelet, Mexikói rizs |
| **Október 17.** | **Péntek** | Zöldséges bablevesParajfőzelék, Főtt tojás (2db), Tk. kenyér, Túró Rudi |
| **Október 18.** | **Szombat** | Tárkonyos csirkeragu levesDarásmetélt barackízzel, Gyümölcs |
| **43. hét** |
| **Október 20.** | **Hétfő** | Gulyásleves, Tk. kenyérTejberizs, Kakaó szórat, Gyümölcs  |
| **Október 21.** | **Kedd** | 100%-os gyümölcsléCorn flakes bundás csirkemell, Burgonyapüré, Csemege uborka |
| **Október 22.** | **Szerda** | Zöldséges brokkoli levesParadicsomos tonhalas penne, Reszelt sajt |
| **Október 23.** | **Csütörtök** | **Ünnepnap** |
| **Október 24.** | **Péntek** | **Pihenőnap** |
| **44. hét** |
| **Október 27.** | **Hétfő** | **Őszi szünet** |
| **Október 28.** | **Kedd** | **Őszi szünet** |
| **Október 29.** | **Szerda** | **Őszi szünet** |
| **Október 30.** | **Csütörtök** | **Őszi szünet** |
| **Október 31.** | **Péntek** | **Őszi szünet** |

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

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

Budapest, 2025.június 17.

 jóváhagyta: **Simonné dr. Németh Katalin**

 GSZ igazgató