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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **40. hét** | | |
| **Október 01.** | **Szerda** | Zöldségleves vajgaluskával  Paradicsomos káposztafőzelék, Fokhagymás sertéscsíkok, Tk. kenyér |
| **Október 02.** | **Csütörtök** | Zellerkrémleves, Levesgyöngy  Sült csirkecomb, Vajas burgonya, Vegyes vágott savanyúság |
| **Október 03.** | **Péntek** | Csurgatott tojásleves  Vegán chilis bab, Tk. kenyér |
| **41. hét** | | |
| **Október 06.** | **Hétfő** | Zöldséges tarhonyaleves  Lencsefőzelék, Sült sonkaszelet, Tk. kenyér, Gyümölcs |
| **Október 07.** | **Kedd** | Csontleves eperlevéllel  Csirke gyros, Joghurtos öntet, Friss vegyes saláta, Steak burgonya ½ adag |
| **Október 08.** | **Szerda** | Tejfölös karfiolleves  Borsos sertéstokány, Bulgur, Csemege uborka |
| **Október 09.** | **Csütörtök** | 100%-os gyümölcslé  Sokmagvas rántott harcsafilé, Jázmin rizs, Remulád mártás |
| **Október 10.** | **Péntek** | Magyaros zöldbableves  Sütőtökös tejszínes penne, Reszelt sajt, Gyümölcs |
| **42. hét** | | |
| **Október 13.** | **Hétfő** | Kassai burgonyaleves  Piskóta kocka, Csokoládé öntet, Gyümölcs |
| **Október 14.** | **Kedd** | Tavaszi zöldségleves  Paradicsomos húsgombóc, Főtt burgonya ½ adag |
| **Október 15.** | **Szerda** | Májgaluska leves  Székelykáposzta árpagyönggyel, Tk. kenyér |
| **Október 16.** | **Csütörtök** | Meggyleves  Sajtos tejfölös csirkemell szelet, Mexikói rizs |
| **Október 17.** | **Péntek** | Zöldséges bableves  Parajfőzelék, Főtt tojás (2db), Tk. kenyér, Túró Rudi |
| **Október 18.** | **Szombat** | Tárkonyos csirkeragu leves  Darásmetélt barackízzel, Gyümölcs |
| **43. hét** | | |
| **Október 20.** | **Hétfő** | Gulyásleves, Tk. kenyér  Tejberizs, Kakaó szórat, Gyümölcs |
| **Október 21.** | **Kedd** | 100%-os gyümölcslé  Corn flakes bundás csirkemell, Burgonyapüré, Csemege uborka |
| **Október 22.** | **Szerda** | Zöldséges brokkoli leves  Paradicsomos 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