

2025/2026-os tanév ÉTLAP* január hóra

1. hét		
Január 01.	Csütörtök	Téli szünet
Január 02.	Péntek	Pihenőnap
2. hét		
Január 05.	Hétfő	Füstölt húsos lencseleves Darásmetélt barackkízzel, Gyümölcs
Január 06.	Kedd	Fahéjas szilvaleves Mexikói csirkeragu, Bulgur
Január 07.	Szerda	Paradicsomleves Vasi borda, Petrezselymes burgonya, Párolt káposzta (fél adag)
Január 08.	Csütörtök	Reszelt tésztaleves Tökfőzelék, Pulykapörkölt, Tk. kenyér
Január 09.	Péntek	100%-os gyümölcsle Rántott sajt, Párolt jázminrizs, Zöldfűszeres tartár mártás, Gyümölcs
Január 10.	Szombat	Zöldséges karfiolleves Paprikás burgonya, Csemege uborka, Tk. kenyér
3. hét		
Január 12.	Hétfő	Palóclevés, Tk. kenyér Piskóta kocka, Csokoládé öntet, Gyümölcs
Január 13.	Kedd	Sütőtök krémleves pirított tökmaggal Búbos csirkemell, Vajas törtburgonya, Vitamin saláta
Január 14.	Szerda	Zöldséges gombaleves Harcspaprikás, Szarvacska tészta
Január 15.	Csütörtök	Csontleves cérnametélt Rakott brokkoli (kölessel), Túró Rudi
Január 16.	Péntek	Csurgatott tojásleves Sárgaborsó főzelék, Vega zöldséggolyó, Tk. kenyér, Gyümölcs
4. hét		
Január 19.	Hétfő	Zöldséges burgonyaleves Paradicsomos káposztafőzelék, Sült virsli, Tk. kenyér
Január 20.	Kedd	Májgaluskaleves Temesvári pulykatokány, Bulgur, Gyümölcs
Január 21.	Szerda	100%-os gyümölcsle Sokmagvas rántott csirkemell, Kukoricás rizs, Csemege uborka
Január 22.	Csütörtök	Zöldborsóleves Sertés vagdalt, Sütőtökös burgonyapüré, Vitamin saláta
Január 23.	Péntek	Magyaros karalábéleves Sajtos makaróni tejfölös öntettel, Gyümölcs
5. hét		
Január 26.	Hétfő	Kolbászos lencseleves, Tk. kenyér Tejbedara kakaó szóráttal
Január 27.	Kedd	Csontleves eperlevéllel Csirkemell csíkok jóasszony módra, Bulgur
Január 28.	Szerda	Hamis korhelyleves Parajos halas penne, Reszelt sajt, Gyümölcs
Január 29.	Csütörtök	Narancsos körteleves Ínyenc csirkecomb, Kukoricás rizs, Csalamádé
Január 30.	Péntek	Magyaros karfiolleves Sóska mártás, Főtt tojás, Főtt burgonya (150g)

*idény gyümölcs váltva (alma, körte, banán, kiwi, narancs, mandarin stb.)

Az étlap változtatás jogát az ÉSZ GSZ fenntartja magának!!

Budapest, 2025. június 17.

jóváhagyta:

Simonné dr. Németh Katalin
GSZ igazgató