

## Kernstok Iskola (Eternit), 2017. november hónap

	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.	tej, kalács	burgonyaleves, gyümölcsmártás, natúr szelet, pirított dara	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
7.	tej, vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), főtt tojás karika, zöldség	zöldségkrémleves, pirított zsemlekocka, pirított csirkemáj, párolt rizs, savanyúság	gyümölcsjoghurt, kifli
8.	tej, halkrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	karfiolleves, bolognai makaróni, gyümölcs	körözöttes kenyér
9.	tej, nutellás kenyér (teljes kiőrlésű)	tavaszi leves, parajfőzelék, főtt tojás, kenyér (teljes kiőrlésű)	májás szendvicsskrém, kifli, zöldség
10.	tej, gépsonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér	sárgaborsóleves pirított zsemlekockával, rántott szelet, mexikói rizs, saláta	vajkrémes kenyér, gyümölcs
11.			
12.			
13.	kakaó, briós	tojásleves, édeskáposztafőzelék, párolt sertésragu, kenyér (teljes kiőrlésű)	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), tavaszi felvágott, zöldség
14.	tej, sárgarépás sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	brokkolileves, rizseshús, saláta	joghurt, magvas zsemle
15.	tej, szárnyashúskrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	babgulyás, sajtos tészta, gyümölcs, kenyér (teljes kiőrlésű)	zsíros kenyér, hagyma
16.	tej, vajkrémes kenyér, zöldség	zöldségleves, zöldborsófőzelék, rántott halrudak (sütőben sütv), kenyér	tojásos-hagymás sajtkrém, kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
17.	tej, mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	zöldbableves, sült csirkecomb, hagymás tört burgonya, savanyúság	tökmagos pogácsa, gyümölcs
18.			
19.			
20.	tej, kalács	daragaluskaleves, sárgaborsófőzelék, sertéspörkölt, kenyér (teljes kiőrlésű)	turista szalámi, margarin, kenyér (teljes kiőrlésű), retek, hagyma
21.	tej, házi májkrém, kenyér, zöldség	paradicsomleves, tavaszi tokány, bulgur	barackos túrókrémes kenyér (teljes kiőrlésű)
22.	tej, magyaros vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), főtt tojás karika	frankfurti leves, mákos tészta, gyümölcs	gyümölcsjoghurt, zsemle
23.	tej, margarinós kenyér (teljes kiőrlésű), zala felvágott	kertészleves, burgonyafőzelék, párolt pulykaragu, kenyér, sütemény	korpás kifli, gyümölcs
24.	tej, halas szendvicsskrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	meggyleves, párizsi szelet, rizi-bizi, savanyúság	lekváros kenyér
25.			
26.			
27.	kakaó, kalács	csontleves, rakott karfiol, kenyér	vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs
28.	tej, tojáskrém, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	karalábéleves, spagetti tengerész módra, gyümölcs	joghurt, magvas zsemle
29.	tej, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	gulyásleves, tejbegríz, kakaósórat, gyümölcs, kenyér (teljes kiőrlésű)	teljes kiőrlésű kifli, magyaros vajkrém, kigyóuborka
30.	tej, margarinós kenyér (teljes kiőrlésű), gépsonka	köménymagos leves pir. zs.kockával, paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya, kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs	gyümölcs, korpás keksz