

## Óvárosi Általános Iskola, 2025. március hónap

	Tízórai	Ebéd A menü	Uzsonna
1.			
2.			
3.	tej, kalács	daragaluskaleves, sárgaborsófőzelék, sült virsli, kenyér (teljes kiőrlésű)	turista szalámi, margarin, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
4.	gyümölcstea, házi májkrém, kenyér, zöldség	paradicsomleves, párizsi szelet, rizi-bizi, saláta	narancsos túrókrémes kenyér (teljes kiőrlésű)
5.	tej, magyaros vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), főtt tojás karika	kelkáposztaleves virslivel, mákos tészta, gyümölcs	gyümölcsjoghurt, zsemle
6.	tej, margarinós kenyér (teljes kiőrlésű), zala felvágott	kertészleves, burgonyafőzelék, sertéspörkölt, kenyér, zabpelyhes sütemény	korpás kifli, gyümölcs
7.	citromos tea, halas szendvicskrém kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	gyümölcslé, tejszínes borsós-brokkolis ragu, bulgur, gyümölcs	lekváros kenyér
8.			
9.			
10.	kakaó, kalács	csontleves, zöldbabfőzelék, pulyka nuggets, kenyér	vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs
11.	citromos tea, tojáskrém, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	karalábéleves, spagetti tengerész módra, gyümölcs	joghurt, magvas zsemle
12.	tej, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	gulyásleves, tejbegríz, kakaósórat, gyümölcs	teljes kiőrlésű kifli, magyaros vajkrém, kígyóborka
13.	tej, margarinós kenyér (teljes kiőrlésű), gépsonka	köménymagos leves pir. zs.kockával, paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya, kenyér (teljes kiőrlésű), gyümölcs	gyümölcs, korpás keksz
14.	citromos tea, füstöltsajtos szendvicskrém, teljes kiőrlésű kenyér	zöldborsóleves, csirkepörkölt, párolt rizs, saláta	mézes kenyér
15.			
16.			
17.	tej, briós	csurgatott leves, paradicsomos káposztafőzelék, sült virsli, kenyér (teljes kiőrlésű)	sajtkrémes zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
18.	tej, magyaros vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	almaleves, sült csirkecomb, párolt rizs, saláta	gyümölcsjoghurt, kifli
19.	tej, paprikás szalámis kenyér	májgombócleves, burgonyás tészta, saláta	zsíros kenyér (teljes kiőrlésű), savanyú káposzta
20.	citromos tea, májas szendvicskrém, kenyér, zöldség	daragaluskaleves, finomfőzelék, pulyka nuggets, kenyér (teljes kiőrlésű)	mazsolás krémtúrós kenyér (teljes kiőrlésű)
21.	tej, zöldfűszeres vajkrémes kenyér, főtt tojás karika	kelbimbóleves, rántott sajt, tört burgonya, tartármártás	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal, kígyóborka
22.			
23.			
24.	tejeskávé, kalács	tavaszi leves, parajfőzelék, főtt tojás, kenyér (teljes kiőrlésű)	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), soproni felvágott, zöldség
25.	citromos tea, körözöttes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	karfiolkrémleves, pirított zs. kocka, rántott halrudak, párolt rizs, tartármártás	joghurt, zsemle
26.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	baleves, bolognai makaróni, gyümölcs	tejszelet
27.	tej, briós	hamis gulyásleves, gyümölcsmártás, darált sült hús, pirított dara	zabpelyhes-túrós tojáskrém, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldpaprika
28.	tej, kifli, kockasajt	gyümölcslé, gyros fűszeres pulykacsikok, párolt rizs, amerikai káposztasaláta	gyümölcs
29.			
30.			
31.	tej, kalács	csontleves, zöldborsófőzelék, sült virsli, kenyér (teljes kiőrlésű)	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség