NOVEMBER

	2026.11.02	2026.11.03	2026.11.04	2026.11.05	2026.11.06
Tízórai	Tejeskávé, vaj, kifli	Citromos tea, tojáskrém, Tk kenyér	Gyümölcstea, lekvár, vaj, Tk korpás kenyér	Citromos tea, sajtkrém, TK kenyér, retek	Tej, gabonapehely
Leves A	Zöldborsóleves	Hamis gulyásleves	Almaleves (velőből)	Tejfölös gyöngybableves	
A menü ebéd feltét	Bolognai spagetti (sertés, marha), sajt szórat	Sült virsli, tökfőzelék, Tk kenyér	Rántott csirkemell, rizi-bizi, csemege uborka (é.sz.)	Szilvás gombóc, porcukor szórat	Édes-savanyú csirkeragu, párolt rizs
B menü ebéd feltét	Tejbegríz, fahéjas szórat	Bazsalikomos sült csirkemell, kukoricás rizs, ruby slaw saláta (lilakáposztából)	Zöldborsós sertéstokány, petrezselymes burgonya, csemege uborka (é.sz.)	Rakott karfiol pulykából	Corleone tészta (darált hús, tejfölös habarás)
Desszert		Gyümölcs			Barackos rúd 50g
Uzsonna	Csemegeszalámi, margarin, Tk zsemle, kígyóuborka	Pizzás csiga (mir.)	Szelet sajt, margarin, zsemle, sárgarépa	Kefír, kifli	Zala felvágott, margarin, Tk korpás zsemle, paprika
DIÉTÁS	Zöldborsóleves DIÉTÁS	Hamis gulyásleves DIÉTÁS	Almaleves DIÉTÁS	Gyöngybableves DIÉTÁS	Nyírségi galuskaleves DIÉTÁS
	Bolognai spagetti (pulyka) DIÉTÁS	Sült virsli DIÉTÁS, tökfőzelék DIÉTÁS	Halsteak DIÉTÁS, petrezselymes burgonya DIÉTÁS, ketchup DIÉTÁS	Grízes tészta DIÉTÁS	Édes-savanyú csirkeragu DIÉTÁS, párolt rizs DIÉTÁS
		Gyümölcs			

	2026.11.09	2026.11.10	2026.11.11	2026.11.12	2026.11.13
			MÁRTON NAP		
Tízórai	Gyümölcstea, magyaros vajkrém, Tk kenyér	Kakaó, briós 50g	Citromos tea, libazsír, Tk Graham kenyér, paprika	Gyümölcstea, házi körözött, Tk kenyér, kígyóuborka	Tej, méz, margarin, félbarna kenyér
Leves A	Erdei gyümölcsleves	Paradicsomleves betűtésztával	Libaaprólék leves, lúdgége tészta	Zellerkrémleves, pirított napraforgómag	
A menü ebéd feltét	Biogastro csirketokány, bulgur	Stefánia vagdalt pulykából, lencsefőzelék, félbarna kenyér	Sajtos tejfölös tészta	Pincepörkölt (sertés), csemege uborka (é.sz.)	Almával sajttal sült csirkemell, párolt rizs
B menü ebéd feltét	Nuggets, burgonyakorong, joghurtos céklasaláta	Rántott hal, kukoricás rizs, tartármártás	Sült debreceni kolbász, párolt káposzta fél adag, tepsis burgonya fél adag	Erdélyi rakottkáposzta pulykából	Paradicsomos húsgombóc (sertés), főtt burgonya
Desszert		Gyümölcs			Vajas pogácsa 70g
Uzsonna	Kockasajt, kifli, sárgarépa	Csirkemellsonka, vaj, Tk zsemle	Sajtos háromszög 50g	Gyümölcsjoghurt, grissini	Kenőmájas, Tk korpás zsemle, paprika
Diétás leves	Meggyleves DIÉTÁS	Paradicsomleves DIÉTÁS	Libaaprólék leves DIÉTÁS	Zellerkrémleves DIÉTÁS, pirított napraforgómag DIÉTÁS	Gombaleves DIÉTÁS
	Biogastro csirketokány DIÉTÁS, párolt rizs DIÉTÁS	Vagdalt pulykából DIÉTÁS, lencsefőzelék DIÉTÁS	Tejbeköles DIÉTÁS, fahéj szórat DIÉTÁS	Pincepörkölt (pulyka) DIÉTÁS, csemege uborka (é.sz.)	Almával (növényi) sajttal sült csirkemell DIÉTÁS, rizi-bizi DIÉTÁS
		Gyümölcs			

	2026.11.16	2026.11.17	2026.11.18	2026.11.19	2026.11.20
Tízórai	Tej, gabonapehely	Citromos tea, tonhalkrém, Tk korpás kenyér, retek	Gyümölcstea, házi húskrém, félbarna kenyér	Citromos tea, tojásrántotta, Tk kenyér	Vaníliás tej, vaj, félbarna kenyér
Leves A	Zöldséges lebbencsleves	Brokkolikrémleves, levesgyöngy	Palócleves pulykából	Vegyes gyümölcsleves	
A menü ebéd feltét	Főtt tojás, parajfőzelék, főtt burgonya	Carbonara spagetti	Tejberizs, kakaó szórat	Mustáros csirkecomb alsó/felső, fél adag burgonyapüré, karamellizált zöldségek	Bácskai rizseshús (sertés), csalamádé (é.sz.)
B menü ebéd feltét	Húsgolyók, meggymártás, főtt burgonya	Mozzarellás sült csirkemell, francia saláta	Rántott sajt, párolt rizs, tartármártás	Burgonyás tészta, kovászos uborka (é.sz.)	Színes vagdalt (pulyka), paradicsomos káposztafőzelék, félbarna kenyér
Desszert	Gyümölcs				Sajtos rúd 60g
Uzsonna	Natúr vajkrém, zsemle, sárgarépa	Fahéjas csiga (mir.)	Szelet sajt, margarin, Tk zsemle, kígyóuborka	Mandarin 1 db, túrórudi	Gépsonka, margarin, Tk korpás zsemle, retek
Diétás leves	Zöldséges lebbencsleves DIÉTÁS	Brokkolikrémleves, pirított napraforgómag DIÉTÁS	Palócleves pulykából DIÉTÁS	Vegyes gyümölcsleves DIÉTÁS	Rozmaringos cukkinikrémleves DIÉTÁS, snidling szórat DIÉTÁS
	Fűszeres csirkeapró DIÉTÁS, parajfőzelés DIÉTÁS, főtt burgonya DIÉTÁS	Carbonara spagetti DIÉTÁS	Tejberizs DIÉTÁS, kakaó szórat DIÉTÁS	Mustáros csirkecomb alsó/felső DIÉTÁS, fél adag burgonyapüré DIÉTÁS, karamellizált zöldségek DIÉTÁS	Bácskai rizseshús pulykából DIÉTÁS, csalamádé (é.sz.)
	Gyümölcs				

	2026.11.23	2026.11.24	2026.11.25	2026.11.26	2026.11.27
Tízórai	Gyümölcslé 100 % (alma), vaj, stangli	Citromos tea, libazsír, Tk Graham kenyér, lilahagyma	Gyümölcstea, lekvár, margarin, félbarna kenyér	Tejeskávé, margarin, kalács	Citromos tea, zöldfűszeres ricottakrém, félbarna kenyér
Leves A	Legényfogó leves máj nélkül	Zöldborsóleves, csigat.	Szilvaleves	Sütőtökkrémleves (TZ répával), pirított tökmag	
A menü ebéd feltét	Aranygaluska, vaníliasodó	Sült virsli, tejfölös burgonyafőzelék	Tepsis halrúd, párolt rizs, tartármártás	Rakott zöldbab (pulyka)	Sertéspörkölt, szarvacska tészta, cékla (é.sz.)
B menü ebéd feltét	Sajtos csirkeragu, snidlinges bulgur	Vadas sertésszelet, szalvétagombóc	Pásztortarhonya, csemege uborka (é.sz.)	Görögösen pácolt csirkemell, burgonyapüré, cole slaw saláta	Főtt tojás, gyöngybabfőzelék, Tk kenyér
Desszert		Gyümölcs			Ízes bukta 60g
Uzsonna	Paprikásszalámi, margarin, Tk zsemle, kígyóuborka	Pogácsa sajtos (mir.)	Kefir, Tk kifli, sárgarépa	Sajtkrém, Tk korpás zsemle, retek	Banán, korpovit keksz
Diétás leves	Legényfogó leves máj nélkül DIÉTÁS	Zöldborsóleves DIÉTÁS	Szilvaleves DIÉTÁS	Sütőtökkrémleves (TZ répával) DIÉTÁS, pirított tökmag DIÉTÁS	Kertészleves DIÉTÁS
	Mákos tészta DIÉTÁS	Sült virsli DIÉTÁS, burgonyafőzelék DIÉTÁS	Rántott csirkemell DIÉTÁS, párolt rizs DIÉTÁS, csemege uborka (é.sz.)	Rakott zöldbab (pulyka) DIÉTÁS	Csirkepörkölt DIÉTÁS, tarhonya DIÉTÁS, cékla (é.sz.)
		Gyümölcs			

	2026.11.30	2026.12.01	2026.12.02	2026.12.03	2026.12.04
Tízórai	Citromos tea, főtt tojás, margarin, félbarna kenyér				
Leves A	Frankfurti leves				
A menü ebéd feltét	Mac and cheese (besütve)				
B menü ebéd feltét	Szezámos sült zöldségek tofukockával, cukkínis rizs				
Desszert					
Uzsonna	Kenőmájas, Tk zsemle, kígyóuborka				
Diétás leves	Frankfurti leves DIÉTÁS				
	Növényi sajtszószos penne DIÉTÁS (besütve)				