

Samufalvi Óvoda, 2022. október hónap

	Tízórai	Ebéd	Ebéd	Uzsonna
1.				
2.				
3.	tej, kalács	zöldborsófőzelék, sült virsli, kenyér	gyümölcs	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
4.	gyümölcstea, májas szendvicskrém, kenyér, zöldség	tojásleves	tarhonyashús, saláta	barackos túrókrémes kenyér (teljes kiőrlésű)
5.	tej, vajkrémes kenyér, sajt	zöldbabos burgonyaleves kolbásszal	tejbegríz, kakaósórat, gyümölcs	szárnyashúskrém zsemle (teljes kiőrlésű)
6.	tej, nutellás kenyér	gyümölcslé	pusztapörkölt, saláta	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), tavaszi felvágott, zöldség
7.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal	brokkolikrémleves, pirított zs. kocka	rántott szelet, kukoricas rizs, saláta	gyümölcsjoghurt
8.				
9.				
10.	kakaó, kalács	sárgaborsófőzelék, sertéspörkölt, kenyér	sütemény	vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
11.	citromos tea, füstölt sajt szendvicskrém, teljes kiőrlésű kenyér, zöldség	karalábéleves	vadasmártás, darált sült hús, spagetti	joghurt
12.	tej, zöldfűszeres vajkrémes kenyér	frankfurti leves	túrógombóc, gyümölcs	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), kockasajt
13.	gyümölcstea, körözöttes kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcslé	burgonyafőzelék, egybenschüsselt vagdalt	tojáskrém, kifli, zöldség
14.	tej, házi húspástétom, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	paradicsomleves	sült csirkecomb, sárgarépás rizs, saláta	mézes kenyér
15.	gyümölcstea, gépsonka, margarin, kenyér, zöldpaprika	pulykaraguleves	sajtos tészta, gyümölcs	müzliszelet
16.				
17.	tej, briós	zöldségleves	zöldbabfőzelék, pulykapörkölt, kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcs, korpás keksz
18.	gyümölcstea, turista szalámi, margarin, kenyér, zöldség	zöldborsóleves	lecsós csirkemáj, párolt rizs	mazsolás krémtúrós kenyér (teljes kiőrlésű)
19.	ivójoghurt, zsemle	gulyásleves	gríz tészta lekvárral, gyümölcs	halas szendvicskrém kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
20.	tej, házi májkrém, kenyér (teljes kiőrlésű)	paradicsomos káposztafőzelék, pulyka nuggets	meggyes-zabpelyhes sütemény	vajkrémes kenyér, főtt tojás karika, zöldség
21.	tej, gabonapehely	gyümölcsleves	rántott sajt, párolt rizs, saláta	gyümölcsjoghurt
22.				
23.				
24.	tejeskávé, kalács	lencsefőzelék, sertéspörkölt, kenyér	gyümölcs	sárgarépás sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
25.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	kelbimbókrémleves, pirított zsemlekocka	stefánia vagdalt, petrezselymes burgonya, saláta	szárnyashúskrém zsemle (teljes kiőrlésű)
26.	tej, mustáros-sajtos tojáskrém, kenyér	májgombócleves	dejós tészta, gyümölcs	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), fokhagymás felvágott
27.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), párizsi, zöldség	csurgatott leves	paprikás burgonya virslivel, savanyúság, kenyér	joghurt, kifli
28.	tej, vajas-mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcslé	chilis kukoricas ragu, párolt rizs, gyümölcs	vajkrémes zsemle, zöldpaprika
29.				
30.				