

Samufalvi Óvoda, 2023. január hónap

	Tízórai	Ebéd	Ebéd	Uzsonna
1.				
2.	tejeskávé, kalács	finomfőzelék, sertéspörkölt, kenyér	gyümölcs	sárgarépás sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
3.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	kelbimbókrémleves, pirított zsemlekocka	stefánia vagdalt, petrezselymes burgonya, saláta	szárnyashúskrémes zsemle (teljes kiőrlésű)
4.	tej, mustáros-sajtos tojáskrém, kenyér	májgombóclevés	dejós tészta, gyümölcs	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), fokhagymás felvágott
5.	citromos tea, margarinós kenyér (teljes kiőrlésű), párizsi, zöldség	csurgatott leves	paprikás burgonya virslivel, savanyúság, kenyér	joghurt, kifli
6.	tej, vajas-mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcslé	chilis kukoricás ragu, párolt rizs, gyümölcs	vajkrémes zsemle, zöldpaprika
7.				
8.				
9.	tej, kalács	burgonyaleves	gyümölcsmártás, darált sült hús, pirított dara	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
10.	tej, vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), főtt tojás karika, zöldség	zöldségkrémleves, pirított zsemlekocka	pirított csirkemáj, párolt rizs, savanyúság	gyümölcsjoghurt, kifli
11.	citromos tea, margarinós kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal	karfiolleves	bolognai makaróni, gyümölcs	körözöttes kenyér
12.	tej, nutellás kenyér (teljes kiőrlésű)	parajfőzelék, főtt tojás, kenyér	sütemény	májas szendvicsskrém, kifli, zöldség
13.	tej, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	sárgaborsólevés pirított zsemlekockával	rántott szelet, mexikói rizs, saláta	vajkrémes kenyér, gyümölcs
14.				
15.				
16.	kakaó, briós	tojásleves	édeskáposztafőzelék, párolt sertésragu, kenyér	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), tavaszi felvágott, zöldség
17.	gyümölcstea, sárgarépás sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	brokkolileves	rizseshús, saláta	joghurt, magvas zsemle
18.	citromos tea, szárnyashúskrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	vöröslencsekrémleves	spenótos ragu penne tésztával	müzliszelet
19.	tej, gabonapehely	zöldborsófőzelék, sült virsli, kenyér	köleses-gyümölcsös sütemény	hagymás sajtkrém, kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
20.	tej, vajas-mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	zöldbableves	sült csirkecomb, hagymás tört burgonya, savanyúság	gyümölcs
21.				
22.				
23.	tej, kalács	daragaluskaleves	sárgaborsófőzelék, pulyka nuggets	turista szalámi, margarin, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
24.	gyümölcstea, házi májkrém, kenyér, zöldség	paradicsomleves	párizsi szelet, rizi-bizi, saláta	narancsos túrókrémes kenyér (teljes kiőrlésű)
25.	tej, magyaros vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), főtt tojás karika	frankfurti leves	mákos tészta, gyümölcs	gyümölcsjoghurt, zsemle
26.	tej, margarinós kenyér (teljes kiőrlésű), zala felvágott, zöldség	kertészleves	burgonyafőzelék, darált sült hús	túró rudi
27.	gyümölcstea, halas szendvicsskrém kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcslé	tejszínes borsós-brokkolis ragu, bulgur, gyümölcs	lekváros kenyér
28.				
29.				
30.	kakaó, kalács	csontleves	zöldbabfőzelék, pulykapörkölt, kenyér	teljes kiőrlésű kifli, magyaros vajkrém, zöldség