

Samufalvi Óvoda, 2023. október hónap

	Tízórai	Ebéd	Ebéd	Uzsonna
1.				
2.	tej, briós	zöldségleves	zöldbabfőzelék, pulykapörkölt, kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcs, korpás keksz
3.	gyümölcsstea, turista szalámi, margarin, kenyér, zöldség	zöldborsóleves	lecsós csirkemáj, párolt rizs	mazsolás krémtúrós kenyér (teljes kiőrlésű)
4.	ivójoghurt, zsemle	gulyásleves	grízes tészta lekvárral, gyümölcs	halas szendvicskrémes kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
5.	tej, házi májkrém, kenyér (teljes kiőrlésű)	paradicsomos káposztafőzelék, pulyka nuggets	meggyes-zabpelyhes sütemény	vajkrémes kenyér, főtt tojás karika, zöldség
6.	tej, gabonapehely	gyümölcsleves	rántott sajt, párolt rizs, saláta	gyümölcsjoghurt
7.				
8.				
9.	tejeskávé, kalács	lencsefőzelék, sertéspörkölt, kenyér	gyümölcs	sárgarépás sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
10.	tej, magyaros vajkrémes kenyér	kelbimbókrémleves, pirított zsemlekocka	stefánia vagdalt, petrezselymes burgonya, saláta	szárnyashúskrémes zsemle (teljes kiőrlésű)
11.	tej, mustáros-sajtos tojáskrém, kenyér	májgombócleves	dejós tészta, gyümölcs	margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), fokhagymás felvágott
12.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), párizsi, zöldség	csurgatott leves	paprikás burgonya virslivel, savanyúság, kenyér	joghurt, kifli
13.	tej, vajas-mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	gyümölcslé	chilis kukoricás ragu, párolt rizs, gyümölcs	vajkrémes zsemle, zöldpaprika
14.				
15.				
16.	tej, kalács	burgonyaleves	gyümölcsmártás, darált sült hús, pirított dara	paprikás szalámis zsemle (teljes kiőrlésű), zöldség
17.	tej, vajkrémes kenyér (teljes kiőrlésű), főtt tojás karika, zöldség	zöldségkrémleves, pirított zsemlekocka	pirított csirkemáj, párolt rizs, savanyúság	gyümölcsjoghurt, kifli
18.	citromos tea, margarinos kenyér (teljes kiőrlésű), olajos hal	karfiolleves	bolognai makaróni, gyümölcs	körözöttes kenyér
19.	tej, nutellás kenyér (teljes kiőrlésű)	parajfőzelék, főtt tojás, kenyér	sütemény	májas szendvicskrém, kifli, zöldség
20.	tej, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	sárgaborsóleves pirított zsemlekockával	rántott szelet, mexikói rizs, saláta	vajkrémes kenyér, gyümölcs
21.				
22.				
23.				
24.	gyümölcsstea, sárgarépás sajtkrémes kenyér (teljes kiőrlésű)	brokkolileves	rizseshús, saláta	joghurt, magvas zsemle
25.	citromos tea, szárnyashúskrémes kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség	vöröslencsekrémleves	spenótos ragu penne tésztával	müzliszelet
26.	tej, gabonapehely	zöldborsófőzelék, sült virsli, kenyér	köleses-gyümölcsös sütemény	hagymás sajtkrém, kifli (teljes kiőrlésű), zöldség
27.	tej, vajas-mézes kenyér (teljes kiőrlésű)	zöldbableves	sült csirkecomb, hagymás tört burgonya, savanyúság	gyümölcs
28.				
29.				
30.	tej, kalács	daragaluskaleves	sárgaborsófőzelék, pulyka nuggets	turista szalámi, margarin, kenyér (teljes kiőrlésű), zöldség
31.	gyümölcsstea, házi májkrém, kenyér, zöldség	paradicsomleves	párizsi szelet, rizi-bizi, saláta	narancsos túrókrémes kenyér (teljes kiőrlésű)