



**Kecskeméti Református  
Egyházközség Konviktusa**  
Kecskemét Piaristák tere 3.  
[www.krek.hu](http://www.krek.hu), [www.konviktus.hu](http://www.konviktus.hu)

## ÉTREND

**Református Általános Iskola: 2019. 02. 18. - 02. 22.**

<b>Hétfő:</b>	Tízórai:	Karamellás tej – teljesőrlésű kifli
	Ebéd:	Sütőtök krémleves Zöldséges pulykaragu- bulgur Alma
	Uzsonna:	Graham kenyér, margarin, tavaszi felvágott-jégcsapretek
<b>Kedd:</b>	Tízórai:	Tejeskávé - briós
	Ebéd:	Téli zöldségleves Burgonyafőzelék – jércemell pörkölt Teljesőrlésű kenyér
	Uzsonna:	Zsemle, nádudvari vajkrém, sárgarépa, gyümölcsle 100%-os
<b>Szerda:</b>	Tízórai:	Kakaó-főtt tojás, margarin, teljesőrlésű kenyér -kígyó uborka
	Ebéd:	Paradicsomleves betűtésztaival Szezám ropogós tőkehalfilé-zöldborsós rizzsel Joghurtos majonézes öntettel
	Uzsonna	Csökkentett cukortartalmú kakaós csiga - alma
<b>Csütörtök:</b>	Tízórai:	Citromos tea- konviktusi körözött, rozskenyér
	Ebéd:	Lencseleves Carbonara spagetti Narancs
	Uzsonna	Ausztria felvágott, margarin, teljesőrlésű kenyér
<b>Péntek:</b>	Tízórai:	Gyümölcs tea – gyulai májas, teljesőrlésű kenyér, fehérpaprika
	Ebéd:	Csontleves Székelykáposzta zabpehellyel Alma csípsz
	Uzsonna:	Görög krémjoghurt-kifli

**Áldás békesség!  
Jó étvágyat kívánunk!  
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**

A túlzott só- és cukorfogyasztás szív-és érrendszeri betegségekhez, elhízáshoz és cukorbetegséghez vezethet!