

É T L A P

2018. szeptember 3 - 7.
36. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, turista felvágott, margarinos kenyér 4 dkg, tv. paprika	Kefir, vajkrémes puffasztott rizsszelet 2 db, retek	Tea, melegszendvics 4 dkg kenyérből	Tea, Olasz felvágott, margarinos kenyér 4 dkg, retek	Limonádé, tojáskréms, kenyér 4 dkg, uborka
Ebéd	Alföldi gulyásleves Natúrszelet Pároltsárgarépa, brokkoli, zöldbab	Vegyes gyümölcsleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya 15 dkg Csemege uborka	Kelbimbóleves Lecsós csirkemáj Párolt rizs 5 dkg rizsből Uborkasaláta	Zöldborsóleves Aprósült Tejfölös burgonyafőzelék 15 dkg burgonyával	Erőleves Rakott karfiol
Uzsonna	Sajtkrémes kenyér 4 dkg, paradicsom	Kenőmájas, kenyér 4 dkg, lilahagyma	Reszelt-sajt, margarinos kenyér 4 dkg, uborka	Körözöttes kenyér 4 dkg, píritamin paprika	Puffasztott rizsszelet 1 db, őszibarack 15 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

É T L A P

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

2018. szeptember 10 - 14.
37. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg	Tea, rántotta, kenyér 4 dkg, paradicsom	Tea, csemege szalámi, margarinos kenyér 4 dkg, tv.paprika	Tea, vajás kenyér 4 dkg, sonka, uborka	Joghurt, Puffasztott rizsszelet 2 db
Ebéd	Tavaszeleves Marhatokány Főtt burgonya 20 dkg Kisdinnye savanyúság	Karfiolleves Cseh rakott burgonya 15 dkg burgonyával Bolgár saláta	Tojásleves Zöldfűszeres hal Párolt rizs 5 dkg rizsből Uborkasaláta	Zöldségleves Párolt szelet Kelkáposzta főzelék	Sertésraguleves Túrós csusza 5 dkg tésztából
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 15 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Kukoricás abonett 3 db, őszibarack 15 dkg	Tepertőkrémes kenyér 4 dkg, lilahagyma	Zala felvágott, margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

ÉTLAP

2018. szeptember 17 - 21.
38. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, húskrémes kenyér 4 dkg, retek	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, sült császárszalonna, kenyér 4 dkg, lilahagyma	Tea, bundás kenyér (4 dkg kenyérből)	Limonádé, sonkakrémes kenyér 4 dkg, uborka
Ebéd	Tavaszeleves Zöldborsós csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Csemege uborka	Köménymagleves pirított kenyérkocka Mustáros sertésszelet Tepsis burgonya 20 dkg	Csontleves Pulykatokány Tészta 5 dkg tésztából	Gombakrémleves pirított kenyérkocka Párolt szelet Hagymás tört burgonya 20 dkg Céklasaláta	Zöldségleves Rácbabpaprikás
Uzsonna	Zöldfűszeres kockasajt, kenyér 4 dkg	Lilahagymás túrókrém kenyér 4 dkg, paradicsom	Sajtkrémes kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Kukoricás abonett 3 db, alma 15 dkg	Házimájkrémes kenyér 4 dkg, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2018. szeptember 24 - 28.

39. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, Zala felvágott, kenyér 4 dkg, retek	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, tükörtojás, kenyér 4 dkg, lilahagyma	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg	Tea, marhapárizsi, kenyér 4 dkg, paradicsom
Ebéd	Erdei gyümölcsleves Házi rizseshús 4 dkg rizsből Káposztasaláta	Húsleves Főtt sertéshús Sóskamártás fél adag főtt burgonya	Zöldségleves Aprósült Finomfőzelék	Magyaros karfiolleves Natúr sertés szelet Miskolci rakottas	Csirkeragu leves Mákos tészta 5 dkg tésztából
Uzsonna	Vajkrémes kenyér 4 dkg, reszelt sárgarépa	Turista felvágott, margarinos kenyér 4 dkg, lilahagyma	Margarinos-sonkás kenyér 4 dkg, uborka	Reszelt sajt, vajas kenyér 4 dkg	Krémsajtos kenyér 4 dkg, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!