

ÉTLAP



2019. december 2 - 7.

49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tej 1 dl, házi párizsikrém, teljes kiőrlésű zsemle ½ db, zöldhagyma	Tej 1 dl, margarinos zsemle ½ db, uborka	Citromos tea diab., főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg	Tej 1 dl, szendvics sonka, vajás császár zsemle ½ db, kaliforniai paprika	Tejeskávé diab. 1 dl, sajtkrémes teljes kiőrlésű kifli ½ db, jégcsapretek	Zöldtea diab., tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg
Ebéd	Pirított csirkemáj Tört burgonya 10 dkg Bolgár saláta diab.	Aprósült Zöldbabfőzelék	Bazsalikomos tepsis halszeletek Párolt rizs 3 dkg rizsből Párolt zöldségek (brokkoli)	Sertés pörkölt Tejfölös burgonyafőzelék 1,5 dl	Vadas marhatokány diab. Csőtészta 3 dkg tésztaival	Házi rizseshús 3 dkg rizsből Befőtt diab.
Uzsonna						

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
CUKORBETEG

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2019. december 9- 14.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tej 1 dl, margarin zsemle ½ db	Gyümölcs tea diab., kockasajt, korpás kifli 4 dkg, uborka	Tej 1 dl Olasz felvágott, vajkrémes szezámmagos kenyér 3 dkg,	Zöldtea diab., húskrém, burgonyás kenyér 4 dkg	Kakaó diab. 1 dl, margarinos teljes kiőrlésű zsemle ½ db, paradicsom	Tea diab., bundás kenyér 4 dkg kenyérből
Ebéd	Brassói aprópecsenye 10 dkg burgonyából Csemegeuborka	Sült kolbász karikák Sárgborsófőzelék 1,5 dl	Párolt csirkemell Párolt rizs 3 dkg rizsből Diab. befőtt	Reform töltött káposzta	Natúrszelet Párolt s. répa 10 dkg, párolt z. bab 10 dkg Alma 10 dkg	Pincepörkölt 10 dkg burgonyával Csemege uborka
Uzsonna						

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

ÉTLAP

2019. december 16 - 20.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé diab. 1 dl, Zala felvágott, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle ½ db, tv. paprika	Csipketea diab., sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, vajretek	Kakaó diab. 1 dl, margarinos zsemle ½ db	Tej 1 dl, Ausztria szálami, joghurtos margarin, graham kifli ½ db, paradicsom	Gyümölcstea diab., virsli, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, mustár
Ebéd	Natúrszelet sertésszelet Francia saláta diab. ½ adag	Gyrosos csirkemellcsíkok ½ adag rizs 3 dkg rizsből Joghurtos tzatzikisaláta	Marhapörkölt Tarhonya 3 dkg tarhonyával Céklasaláta	Párolt pulyka apróhús Kefíres tökfőzelék Puffasztott rizsszelet 1 db	Szatmári rakott burgonya 10 dkg burgonyával Káposztával töltött paprika
Uzsonna					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2019. december 23 - 27.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé diab. 1 dl, sárgarépás sajtkrém, teljes kiőrlésű kifli ½ db				
Ebéd	Köménymagos leves Sertéspaprikás Főtt burgonya 10 dkg				
Uzsonna					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
CUKORBETEG

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2019. december 30 -2020.január 03.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea diab., tülörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg	Tejeskávé diab. 1 dl, margarinos zsemle ½ db		Tej 1 dl, húskrém, burgonyás kenyér 3 dkg, lilahagyma	Zöldtea diab., szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg tv.paprika
Ebéd	Gombás csirketokány Párolt rizs 3 dkg rizsből Befőtt diab.	Sertéspörkölt Finomfőzelék 1,5 dl		Pulykapecsenye Kelkáposzta főzelék 1,5 dl	Tárkonyos raguleves Alma 10 dkg
Uzsonna					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató