

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
OLAJOSMAG MENTES

ÉTLAP

2020. június 1 - 5.
23. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	 PÜNKÖSD	Tea, húskrémes császár zsemle, pritamin paprika	Limonádé, olivaolajos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér, hónapos retek	Kakaó, tojáskrém, kenyér, paradicsom	Zöldtea, sertéspárizsi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika
Ebéd		Sárgaborsó főzelék Sült kolbász Teljes kiőrlésű kenyér Meggyes piskóta	Kakukkfűves zöldségleves Bolognai rakott burgonya	Sóskaleves Levesgyöngy Csirkepörkölt Orsótészta	Húsgombóclevés Rizsfelfűjt Csokiöntet
Uzsonna		Gyümölcsös joghurt, kifli	Tejfölös túró, barna zsemle, lilahagyma	Májkrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Vajas puffancs, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2020. június 8 - 12.

24. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Ivólé, kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Tejeskávé, paprikás sajtkrém, teljes kiőrlésű zsemle,	Tea, hot dog gyümölcs	Tej, házi húskrém, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Csipketea tojásos lecsó, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Csemege szalámi Vitaminos margarin Vágott zsemle Tv. paprika	Töltött paprika ½ adag főtt burgonya Sonkás batyu	Csontleves Nyitrai sertésszelet Rizi-bizi Paradicsomsaláta	Velencei kalmárleves Tavaszi csirkemellsaláta Joghurtos öntet ½ adag kuskusz	Bográcsgulyás Ízes bukta
Uzsonna	Sajtos pogácsa, alma	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Habos puding, teljes kiőrlésű kifli	Gyümölcssaláta, búzacsirás bagett	Házi halpástétom, vágott zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. június 15 - 19.

25. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, májusi felvágott, csészés margarin, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, főtt tojáskarikák, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, vajretek	Kakaó, házi csirkemájkrém, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Limonádé, sajtos lángos	Gyümölcstea, sült császárszalonna, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma
Ebéd	Paradicsomleves Bácskai tarhonyás pulykacomb Majonézes káposztasaláta	Zöldborsóleves Pirított csirkemell Csőben sült burgonya	Köménymagos leves kenyérkockával Harcsaparikás Nokedli	Reszelt leves Húsgombóc Karfiolfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertésraguleves Grízes metélt ízzel
Uzsonna	Túrókrém, kifli	Puffasztott rizsszelet, cseresznye	Gyümölcsös joghurt, hami rúd	Tej, Velence szelet, joghurtos margarin, korpás kifli, uborka	Vajkrémes búzacsirás bagett, nektarin

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
OLAJOSMAG MENTES

É T L A P

2020. június 22 - 26.
26. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, Zala felvágott, vitaminos margarin, graham kifli, tv. paprika	Tejeskávé, foszlós kalács Gyümölcs	Citromos tea, ham and eggs, teljes kiőrlésű kenyér	Tej, natúr kukoricapehely, vajás kifli	Kakaó, melegszendvics
Ebéd	Hajdúsági pulykaleves Káposztás kocka	Mediterrán zellerleves grízgombóccal Csikós tokány Forgatott burgonya	Erdei gyümölcsleves Csirkemájrizottó Fejes saláta	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Húsleves Főtt sertéshús Almamártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Krémsajtos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Körözöttel töltött paprika, kifli	Tepertőkrém, zsemle, zöldhagyma	Magyaros vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
OLAJOSMAG MENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2020. június 29– július 3.
27. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, májpástétomos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Zöldtea, tojásrántotta, zsemle, uborka	Tej, natúr vajkrém, teljes kiőrlésű zsemle, sárgarépa karikák	Tejeskávé, kuglóf gyümölcs	Citromos tea, sült kolbász, mustár, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Tavaszi zöldségleves Szatmári rakott burgonya Kovászos uborka	Tepsis pulykavagdalt Karatőrfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Barackos piskóta	Zabgaluska leves Paradicsomos-halas penne tészta	Tojásleves Natúr csirkemáj Burgonyapüré Vitamin saláta	Mészáros-leves Rántott karfiol Petrezselymes rizs Tartármártás
Uzsonna	Vajas kifli, gyümölcs	Szendvics sonka, sajtkrémes rozsos kenyér, tv. paprika	Túróval töltött kifli	Tavaszi sajtos rolád, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kifli	Natúr joghurt gyümölcsdarabokkal, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató