

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. augusztus 21- szeptember 4.

36. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Tea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, vajás briós	Tea, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Tej, natúr kukoricapehely
Ebéd		Babgulyás Grízes tészta Sárgabarack lekvár	BrokkolikréMLEVES Lecsós sertésszelet Burgonya	Kertészleves Sertés pörkölt Zöldborsófőzelék	Gyümölcsleves Házi rizseshús Vegyes vágott savanyúság
Uzsonna		Sajtkrémes zsemle, píritamin paprika	Túrókrémes teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Baromfi párizsi, szezámmagos zsemle, tv. paprika	Halkrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. szeptember 7-11.

37. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, olasz felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kefir, teljes kiőrlésű bagett	Tea, tojásos melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyérből)	Gyümölcsös joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Tea, turista szalámi, teljes kiőrlésű kenyér, uborka
Ebéd	Tojásleves Bolognai spagetti Gyümölcs	Lebbencsleves Csemege pulykasült Kelkáposzta főzelék	Gombakrémleves Szerpenyős burgonya kolbásszal Csemege uborka	Paradicsomleves Rántott halfilé Párolt rizs Tartármártás	Csontleves Rácbabpaprikás Gyümölcs
Uzsonna	Túró rudi, kifli	Kenőmájas, kenyér, rettek	Körözöttes vágott zsemle, paradicsom	Vitaminos margarin, magvas zsemle, tv. paprika	Sajtos pereg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. szeptember 14-18.

38. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, szalonnás omlett, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Tejeskávé, kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Limonádé, májusi csemege szalámi, teljes kiőrlésű kenyér, retek	Joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Tej, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom
Ebéd	Tejfölös karfiollevés Mexikói tokány Párolt rizs	Zöldséges tarhonyaleves Zöldborsós sertésszelet Burgonya	Marhaerőleves Rakott kelkáposzta	Köménymagleves Natúrselet Tésztasaláta	Zöldséglevés Pulykapecsenye Tökfőzelék
Uzsonna	Sonkakrémes nagy kifli, paradicsom	Zöldfűszeres túrókrém, vágott zsemle, pritamin paprika	Mini jam, kifli	Zala felvágott, magvas kenyér, tv. paprika	Szezámós rúd, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. szeptember 21-25.

39. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, lekváros puffancs	Gyümölcsle, vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér, pírtamin paprika	Tej, gabonagolyó	Gabonás joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Pudingos tej, vajjas kuglóf
Ebéd	Magyaros burgonyaleves Tarhonyáshús Cékla saláta	Zellerkrémleves, Budapest sertés tokány Petrezselymes rizs	Zöldséges karfiolleves Pusztapörkölt Káposztasaláta	Gulyásleves Túrós batyu Gyümölcs	Daragaluskaleves Pulykavagdalt Finomfőzelék
Uzsonna	Halkrémes teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Kockasajt, Vincellér kifli	Tojáskrémes teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csemege szalámi, margarin, zsemle, retek	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. szeptember 28- október 2.

40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, mexikói felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Tej, vajás kalács	Tea, sült debreceni kolbász, mustár, burgonyás kenyér	Tejeskávé, csirkemell sonka, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tea, hamburger
Ebéd	Széchenyileves Rakott karfiol	Zöldséges gombaleves Sertés vagdalt Burgonyafőzelék	Sertésraguleves Tejbegríz Gyümölcs	Meggyleves Panírozott halrudak Kukoricás rizs	Májgaluskaleves Túrós csusza
Uzsonna	Mazsolás túrókrém, vágott zsemle	Sonkakrém teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Tojáskrém teljes kiőrlésű kifli, pírtamin paprika	Zöldfűszeres kockasajt, kifli	Sajtkrém teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató