

ÉTLAP

2020. október 5 – 9.
41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, tojáskrém teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Tej, párizsikrém burgonyás kenyér, paradicsom	Gyümölcstea, Pápai sonka, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, tv.paprika	Tejeskávé, margarinos-mézes zsemle	Csipketea, sült hamburgerhús, teljes kiőrlésű zsemle, vegyes zöldség
Tízórai	Nektarin	Limonádé	Gyümölcslé	Banánturmix	Alma
Ebéd	Halfasírt Kelkáposzta főzelék	Rakott tök Banán	Csirkemájás rizottó sajt nélkül Céklasaláta	Grill csirkemell Tört burgonya Almakompót	Újházi csirkeleves Grízes metélt ízzel
Uzsonna	Forralt tej, sonka, margarinos zsemle, reszelt sárgarépa	Zöldtea, főtt tojás karikák, póréhagymás margarin, zsemle	Tej, zala felvágott, margarin, rozsos kenyér, jégcsapretek	Csipketea, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej, sonka, ízesített margarin szőlőmagvas kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2020. október 12 – 16.

42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcstea, sonka, margarin, rozsos kenyér, paradicsom	Karamellás tej, párizsi, margarin zsemle	Gyümölcstea, Zala felvágott, margarinos vágott zsemle, uborka	Tej, tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér, pírtamin paprika
Tízórai	Gyümölcsle	Gyümölcs saláta	Csipketea	Banánturmix	Gyümölcsle
Ebéd	Majorannás csirkemáj Brokkolifőzelék Alma	Zöldséges pulykacomb Petrezselymes rizs Befőtt	Párolt csirkemell Paradicsomos burgonyafőzelék	Alföldi gulyásleves Tejbegríz	Kakukkfűves csirkecomb Zöldséges rizs Befőtt
Uzsonna	Csipketea, pulykahúskrém burgonyás kenyér, póréhagyma	Tej, tavaszi rolád, szőlőmagvas kenyér	Citromos tea, sonkakerém teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tej, halkrém fehér kenyér, lilahagyma	Csipketea, felvágottkrém zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. október 19 – 23.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, sonkás rántotta, teljes kiőrlésű kenyér, póréhagyma	Gyümölcstea, felvágottkrémes kenyér, paradicsom	Tej, főtt virsli, mustár, burgonyás kenyér	Tej, sonka, margarin, kenyér, tv. paprika	
Tízórai	Alma	Citromostea	Gyümölcs saláta	Gyümölcslé	
Ebéd	Tojásos rakott zöldbab	Sült virsli Tökfőzelék	Rakott kelkáposzta (pulykahúsból) Körte kompót	Párolt csirkemell Paradicsommártás Tört burgonya	
Uzsonna	Tej, marhapárizsi, margarinos fehér kenyér, vajretek	Tej, margarinos-mézes kenyér	Csipketea, zala felvágott, margarin, zsemle, uborka	Citromos tea, tavaszi rolád, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2020. október 26 – október 30.

44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, bundás kenyér teljes kiőrlésű kenyér (tepsiben sült)	Tea, sonka, margarinos zsemle, paradicsom	Tej, párizsi, margarin, kenyér, paradicsom	Tejeskávé, tojáskrém vágott zsemle, lilahagyma	Tej, szendvics sonka, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, savanyú káposzta
Tízórai	Limonádé	Körte	Gyümölcsle	Almakompót	őszibarack
Ebéd	Sült harcsafilé Tört burgonya Alma	Rakott kelbimbó Mandarin	Májgaluskaleves Meggyes piskóta	Majorannás csirkesült Sárgarépa-főzelék	Töltött paprika Főtt burgonya
Uzsonna	Tej, lekváros zsemle	Forralt tej, tavaszi rolád, margarin, félbarna kenyér, reszelt sárgarépa	Zöldtea, csirkemell sonka, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Gyümölcstea, zala felvágott, vitaminos margarin burgonyás kenyér, tv.paprika	Csipketea, főtt tojás karikák, margarin, kukoricapelyhes kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató