

ÉTLAP

2020. december 7 – 12.
50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Reggeli	Kakaó, májkrémes Vincellér kifli, pritamin paprika	Csipketea, sonka, margarin, mixes zsemle, paradicsom	Tej, párizsikrémes, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Citromos tea, sonkás melegszendvics	Tej, Zala felvágott, Light margarin hami rúd, paradicsom	Forralt tej, löncskrémes vágott zsemle, tv. paprika
Tízórai	Gyümölcslé	Banán	Alma	Gyümölcssaláta	Mandarin	Narancs
Ebéd	Fűszeres pulykamell Tört burgonya Vitamin saláta	Gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta	Rakott kelkáposzta	Aprósült Petrezselymes rizs Trópusi befőtt	Főtt csirkecomb Joghurtos tökfőzelék	Kuszkuszos metélt
Uzsonna	Gyümölcstea, búzacsírás túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle, reszelt sárgarépa	Tej, zelleres sajtkrémes korpás vekni, uborka	Csipketea, halkrémes burgonyás kenyér, jégcsapretek	Tej, mézes zsemle	Gyümölcstea, padlizsánkrémes teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Gyümölcstea, vitaminos margarin teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2020. december 14 – 18.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, sonka, joghurtos margarin teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Forralt tej, baromfi párizsi, vajkrémes burgonyás kenyér, uborka	Citromos tea, melegszendvics (teljeskiőrlésű kenyér)	Tejeskávé, vitaminos margarin rozsos kenyér, lilahagymás savanyúkáposzta	Citromos tea, Olasz felvágott, ízesített margarinkrém, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom
Tízórai	Mandarin	Gyümölcslé	Gyümölcs saláta	Narancs	Banán
Ebéd	Aprósült Zöldborsófőzelék	Sajtos csirkecomb Burgonyapüré Sült mézes alma	Sütőtökrémleves pirított kenyérkocka Húsos tészta Csemege uborka	Majorannás pulykasült Sárgarépas rizs	Párolt szelet Burgonyafőzelék
Uzsonna	Tej, margarin, jam, kenyér	Csipketea, sajtkrém, korpás kifli, fekete retek	Tej, csirkemellsonka, light margarin burgonyás kenyér tv. paprika	Gyümölcstea, póréhagymás túrókrém, zsemle	Tej, baromfi májas vágott zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tojásmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2020. december 21 – 23.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Pudingos tej, karfiolkrémes burgonyás kenyér	Tea, Pápai sonka, fehér kenyér, vitaminos margarin, píritamin paprika		
Tízórai	Alma	Narancs	Gyümölcs saláta		
Ebéd	Húsleves Főtt pulykahús Tört burgonya Befőtt	Aprósült Petrezselymes rizs Almás céklasaláta	Sült csirkecomb Burgonyapüré		
Uzsonna	Tej, kukorica pehely	Citromostea, csirkemell sonka, zsemle, uborka	Csipketea, kocka sajt, teljes kiőrlésű kifli		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tojásmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2020. december 28 – 31.

53. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, sárgarépas sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Csipketea, párizsi, light margarinos burgonyás kenyér, uborka	Kakaó, sajtos sült nagy kifli, paradicsom	Csipketea, gyümölcsös túrókrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	
Tízórai	Gyümölcstea, keksz	Narancslé	Banán	Reszelt alma	
Ebéd	Bazsalikomos csirkecombfilé Tört burgonya Befőtt	Sertésraguleves Grízes tészta	Aprósült Sütőtökfőzelék	Spagetti Carbonara	
Uzsonna	Citromos tea, csirkemellsonka, vitaminos margarin mixes zsemle, tv. paprika	Tej, házi pulykahús pástétom, korpás zsemle, vajretek	Gyümölcstea, házi halpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Tej, vajkrémes zsemle	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató