

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Gondozóház**

**Könnyű, vegyes étrend**

# ÉTLAP

2020. december 7 – 13.

50. hét

|                | Hétfő                                                                | Kedd                                                                      | Szerda                                                                              | Csütörtök                                                                           | Péntek                                               | Szombat                                                                                 | Vasárnap                                                                                       |
|----------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Tej,<br>sertés párizsi,<br>margarinos mixes<br>zsemle,<br>paradicsom | Gyümölcstea,<br>melegszendvics                                            | Csokis tej,<br>tükörtojás,<br>burgonyás kenyér<br>tv. paprika                       | Csipketea,<br>Zala felvágott<br>margarinos teljes<br>kiőrlésű zsemle,<br>paradicsom | Kakaó,<br>vajás puffancs                             | Gyümölcstea<br>bundás kenyér                                                            | Tejeskávé<br>Olasz felvágott ,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>pritamin paprika |
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcslé                                                           | Alma                                                                      | Túró rudi                                                                           | Narancs                                                                             | Kockasajt, kifli                                     | Gyümölcslé                                                                              | Nápolyi                                                                                        |
| <b>Ebéd</b>    | Árpagyöngyleves<br>Pulykapecsenye<br>Zöldborsófőzelék                | Egri húsleves<br>Gránátos kocka                                           | Zellerkrémleves<br>Brassói<br>aprópecsenye<br>Forgatott<br>burgonya<br>Cékla saláta | Köménymagos<br>leves<br>Vajon párolt<br>csirkemell<br>Majonézes<br>tésztaasaláta    | Karfiolleves<br>Sült csirkecomb<br>Miskolci rakottas | Csirkeraguleves<br>Túrós gombóc                                                         | Gombakrémleves<br>Töltött<br>csirkecomb<br>Rizi-bizi<br>Céklasaláta                            |
| <b>Uzsonna</b> | Vajas kifli                                                          | Molnárka                                                                  | Banán                                                                               | Ivólé                                                                               | Körte                                                | Sajtos rúd                                                                              | Mandarin                                                                                       |
| <b>Vacsora</b> | Sült hurka<br>fehér kenyér<br>csemege uborka                         | Gyümölcstea,<br>tepertőkrémes<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>lilahagyma | Tejeskávé,<br>sajtkrémes teljes<br>kiőrlésű kenyér,<br>jégcsap retek                | Nudli                                                                               | Gabonás joghurt,<br>teljes kiőrlésű kifli            | Pudingos tej,<br>Csemege szalámi,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle,<br>uborka | Csipketea,<br>szárnyas<br>pástétom,<br>fehér kenyér<br>paradicsom                              |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Szabó Anna

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Gondozóház**

**Könnyű, vegyes étrend**

# ÉTLAP

2020. december 14 – 20.

51. hét

|                | Hétfő                                                               | Kedd                                                                        | Szerda                                                                          | Csütörtök                                                         | Péntek                                                                       | Szombat                                                                   | Vasárnap                                                                           |
|----------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Gyümölcstea,<br>hamburger hús ,<br>vágott zsemle,<br>vegyes zöldség | Tejeskávé,<br>ízesített vajkrém,<br>teljes kiőrlésű<br>kifli,<br>paradicsom | Citromos tea,<br>tejfölös túrókrém,<br>fehér kenyér,<br>lilahagyma              | Tejeskávé,<br>fonott kalács,<br>mini ráma                         | Csipketea,<br>főtt tojás,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér,<br>tv. paprika      | Gyümölcstea<br>sült szalonna<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>paradicsom  | Tej,<br>mini jam,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér                       |
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcslé                                                          | Mandarin                                                                    | Hókifli                                                                         | Narancs                                                           | Vajas kifli                                                                  | Gyümölcslé                                                                | Ostya szelet                                                                       |
| <b>Ebéd</b>    | Zöldborsóleves<br>Sertésvagdalt<br>Tefjölös<br>burgonyafőzelék      | Reszelttészta leves<br>Rakott<br>kelkáposzta                                | Zöldségleves<br>Pusztapörkölt<br>Házi vegyes<br>vágott savanyúság               | Francia<br>hagymaleves<br>Bácskai<br>tarhonyás hús<br>Almapaprika | Kalocsai<br>gulyásleves<br>Lekváros bukta                                    | Mészáros leves<br>Darás metélt                                            | Széchenyi- leves<br>Pórehagymás<br>csirkecomb<br>Sárgarépas rizs<br>Trópusi befőtt |
| <b>Uzsonna</b> | Banán                                                               | Nápolyi                                                                     | Hami rúd                                                                        | Alma                                                              | Csoki                                                                        | Kenőmájas kenyér                                                          | Körte                                                                              |
| <b>Vacsora</b> | Zúza pörkölt ,<br>párolt rizs,<br>almapaprika                       | Zöldtea,<br>csirkemell sonka,<br>mini vaj,<br>kifli,<br>uborka              | Karamellás tej,<br>májusi felvágott,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér | Rántott parizer,<br>burgonyapüré,<br>öszibarck befőtt             | Citromos tea,<br>Olasz felvágott,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle | Gyümölcstea,<br>csemege szalámi,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér,<br>uborka | Pudingos tej,<br>mini ráma,<br>búzacsíras bagett                                   |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Szabó Anna

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Gondozóház**

**Könnyű, vegyes étrend**

# ÉTLAP

**2020. december 21 – 27.**

**52. hét**

|                | <b>Hétfő</b>                                                              | <b>Kedd</b>                                                          | <b>Szerda</b>                                                                               | <b>Csütörtök</b>                                                 | <b>Péntek</b>                                                              | <b>Szombat</b>                                                              | <b>Vasárnap</b>                                                 |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Citromos tea,<br>Olasz felvágott,<br>mini vaj,<br>fehér kenyér,<br>uborka | Kakaó,<br>izesített vajkrém,<br>teljes kiőrlésű<br>kifli<br>vajretek | Gyümölcstea,<br>csirkemell sonka,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle<br>tv. paprika | Tejeskávé,<br>kakaós kalács,<br>mini vaj                         | Gyümölcstea,<br>sült szalonna,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>paradicsom | Citromos tea,<br>főtt tojás ,<br>mini ráma,<br>félbarna kenyér              | Tej,<br>mini jam,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér                 |
| <b>Tízórai</b> | Briós                                                                     | Nápolyi                                                              | Molnárka                                                                                    | Narancs                                                          | Gyümölcslé                                                                 | Alma                                                                        | Mandarin                                                        |
| <b>Ebéd</b>    | Sertéspörkölt<br>Copfocska tészta                                         | Tojásleves<br>Házi rizseshús<br>Vegyesvágott<br>savanyúság           | Suhintott leves<br>Sült virsli<br>Zöldborsófőzelék                                          | Csontleves<br>Rántott hal<br>Petrezselymes rizs<br>Szilva befőtt | Marhaerőleves<br>Töltött káposzta                                          | Újházi csirkeleves<br>Diós- mákos<br>bejgli                                 | Daragaluskaleves<br>Búbos hús<br>Burgonyapüré<br>Csemege uborka |
| <b>Uzsonna</b> | Kivi                                                                      | Gyümölcslé                                                           | Alma                                                                                        | Szaloncukor                                                      | Meggyes piskóta                                                            | Narancs                                                                     | Gyümölcslé                                                      |
| <b>Vacsora</b> | Zöldtea,<br>Zala felvágott,<br>mini ráma,<br>zsemle,<br>tv.paprika        | Gyümölcstea,<br>kockasajt,<br>fehér kenyér,<br>paradicsom            | Csipketea,<br>marha párizsi,<br>margarinos fehér<br>kenyér,<br>paradicsom                   | Gyümölcstea,<br>tepertőkrémes<br>félbarna kenyér,<br>lilahagyma  | Gabonás joghurt,<br>kifli                                                  | Citromos tea,<br>csemege szalámi,<br>mini ráma,<br>vágott zsemle,<br>uborka | Zöldtea,<br>sertésmájkrém,<br>burgonyás kenyér,<br>tv. paprika  |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Szabó Anna

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Gondozóház**

**Könnyű, vegyes étrend**

# ÉTLAP

**2020. december 28. -2021. január 3.**

**53. hét**

|                | Hétfő                                                                           | Kedd                                                                       | Szerda                                                              | Csütörtök                                                               | Péntek                                                                         | Szombat                                                        | Vasárnap                                                                      |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Pudingos tej,<br>margarinos<br>puffancs                                         | Gyümölcstea,<br>szalonnás<br>tojásrántotta,<br>fehér kenyér,<br>lilahagyma | Citromos tea,<br>hamburger hús,<br>vágott zsemle,<br>vegyes zöldség | Tejeskávé,<br>reszelt sajt,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér,<br>vajretek  | Gyümölcstea,<br>májusi csemege<br>felvágott,<br>mini ráma,<br>burgonyás kenyér | Kakaó,<br>mini vaj,<br>kuglóf                                  | Citromos tea,<br>főtt virsli,<br>mustár,<br>fehér kenyér                      |
| <b>Tízórai</b> | Banán                                                                           | Narancs                                                                    | Gyümölcslé                                                          | Alma                                                                    | Narancs                                                                        | Mandarin                                                       | Gyümölcslé                                                                    |
| <b>Ebéd</b>    | Magyaros<br>burgonyaleves<br>Rakott karfiol                                     | Paradicsomleves<br>Zúzapörkölt<br>Tarhonya<br>Csemege uborka               | Szárnas<br>ragúleves<br>Tejbegríz                                   | Orjaleves<br>Disznotoros<br>Párolt káposzta<br>1/2 adag sós<br>burgonya | Tarhonyaleves<br>Sertéspörkölt<br>Lencsefőzelék                                | Gombaleves<br>Sült csirkecomb<br>Burgonyapüré<br>Céklasaláta   | Húserőleves<br>Sertés karaj<br>párizsiasan<br>Párolt rizs<br>csemege uborka   |
| <b>Uzsonna</b> | Molnárka                                                                        | Ostya szelet                                                               | Sós perec                                                           | Sajtos pogácsa                                                          | Gyümölcslé                                                                     | Nápolyi                                                        | Kivi                                                                          |
| <b>Vacsora</b> | Citromos tea,<br>turista felvágott,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér<br>paradicsom | Kefir,<br>kifli                                                            | Kakaó,<br>baromfi párizsi,<br>mini ráma,<br>zsemle                  | Francia saláta,<br>sertésvagdalt,<br>fehér kenyér                       | Tej,<br>kenőmájas<br>kenyér,<br>paradicsom                                     | Zöldtea,<br>vaniliás mazsolás<br>túrókrém,<br>burgonyás kenyér | Gyümölcstea,<br>diák csemege,<br>mini ráma,<br>félbarna kenyér,<br>paradicsom |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Szabó Anna

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató