

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TOJÁSMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2020. december 7- 12.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tej, zsemle	Gyümölcs tea, kockasajt, korpás kifli, uborka	Csokis tej, Olasz felvágott, vajkrémes szezámmagos kenyér, tv. paprika	Zöldtea, húskrém, burgonyás kenyér gyümölcs	Kakaó, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej, zala felvágott, margarin, zsemle, uborka
Ebéd	Zellerkrémleves pirított kenyérkocka Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Sült kolbász karikák Sárgborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Köménymagleves pirított kenyérkocka Barackos csirkemell Párolt rizs	Székykaposzta Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Darás metélt Alma	Pincepörkölt Csemege uborka Gyümölcs
Uzsonna	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Szendvics sonka, margarinos barna zsemle	Körözött, teljes kiőrlésű kifli, lilahagyma	Gyümölcs joghurt, molnárika	Sonka, vajkrém, kifli	Mogyorókrémes teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2020. december 14 - 18.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, Zala felvágott, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér, vajretek	Kakaó, margarinos-jamos zsemle	Tej, Ausztia szalámi, joghurtos margarin, graham kifli, paradicsom	Gyümölcstea, virsli, teljes kiőrlésű kenyér, mustár
Ebéd	Csontleves Natúr sertésszelet ½ adag párolt zöldség ½ adag rizs	Paradicsomleves Gyrosos csirkemellcsíkok ½ adag rizs Joghurtos tzatzikisaláta	Zöldborsóleves Marhapörkölt Főtt burgonya Céklasaláta	Zöldségleves Párolt pulykaapróhús Kefíres tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Tavaszeleves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Sonka, margarin, zsemle, uborka	Ivólé, keksz	Szárnyasmájkrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Light margarin, mixes zsemle, narancs	Túró-rudi, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2020. december 21 - 25.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, sárgarépás sajtkrém, teljes kiőrlésű kifli	Tea, magkeverékes kenyér, májkrém, tv paprika	Tej, vajás zsemle		
Ebéd	Köménymagos leves pirított kenyérkocka Sertéspaprikás Főtt burgonya Alma	Aprósült Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Párolt szelet Párolt rizs Csemege uborka		
Uzsonna	Szilvalekvár, kenyér	Ivólé, lekváros kifli	Műzli szelet, narancs		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TOJÁSMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2020. december 28 -2021.január 03.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, margarinos zsemle alma	Tej, húskrém, burgonyás kenyér, lilahagyma	Zöldtea, szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika	
Ebéd	Zöldségleves Gombás csirketokány Párolt rizs Befőtt	Lebbencsleves Sertéspörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykapecsenye Kelkáposzta főzelék Kukoricapelyhes kenyér Müzli szelet	Tárkonyos raguleves Mákos metélt	
Uzsonna	Vajas-mézes zsúrkenyér	Zala felvágott, korpás kenyér, paradicsom	Olajos hal, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Krémsajtos graham kifli, körte	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató