

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tojásmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2021. január 4 – 8.
1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, sajtos retexkrém, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Gyümölcstea, főtt virsli, ketchup, korpás vekni	Tej, vitaminos margarin teljes kiőrlésű kifli, póréhagyma	Csipketea, sonka, margarin, fehér kenyér, jégcsapretek	Tejeskávé, izesített vajkrém teljes kiőrlésű kifli, lilahagyma
Tízórai	Banán	Mandarin	Gyümölcslé	Narancs	Alma
Ebéd	Majorannás csirkemáj Burgonyapüré Céklasaláta	Aprósült Finomfőzelék	Paprikás harcsafilé Párolt rizs Kapormártás	Narancslé Rakott kelkáposzta	Sertésraguleves Sajtos tészta
Uzsonna	Citromos tea, tejes kuszkus fahéjas almával	Kakaó, zsemle	Gyümölcstea, házi májpástétom, kifli, uborka	Tej, gyümölcsös túrókrém, zsemle	Csipketea, zellerkrém félbarna kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2021. január 11 – 15.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, sajtkrém vágott zsemle, reszelt sárgarépa	Tej, körözöttes, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Csipketea, sült krinolin, ketchup, félbarna kenyér	Vaniliás tej, vajás zsemle	Gyümölcstea, sonka, margarin, félbarna kenyér, savanyú káposzta
Tízórai	Alma	Narancs	Gyümölcslé	Mandarin	Banán
Ebéd	Tavaszi rizseshús Reszelt uborkasaláta	Sült pulykamellcsíkok Párolt sárgarépa Petrezselymes barna rizs	Szárnyas-raguleves Grízes metélt ízzel	Zöldfűszeres csirkemell Tejfölös burgonyafőzelék	Virslis rakott zöldbab
Uzsonna	Tej, mézes gabonapehely	Citromos tea, paradicsomos halkrém burgonyás kenyér	Tej, Light margarin zsemle, vegyes zöldség	Gyümölcstea, kockasajt, vajkrém teljes kiőrlésű kifli, retek	Tej, marhapárizsi, margarinos burgonyás kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tojásmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2021. január 18 – 22.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, cukkinikrémes graham kifli, reszelt alma	Tej, májpástétom, teljes kiőrlésű kifli, póréhagyma	Gyümölcstea, pulyka-húskrémes burgonyás kenyér, paradicsom	Natúr joghurt gyümölcsdarabokkal, teljes kiőrlésű kifli	Csipketea, melegszendvics
Tízórai	Mandarin	Gyümölcslé	Banán	Narancs	Gyümölcs saláta
Ebéd	Aprósült Kefíres tökfőzelék	Hajdúsági pulykaleves Káposztás tészta	Rakott tök	Párolt szelet Petrezselymes bulgur Sült zellerkockák	Pirított csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka
Uzsonna	Forralt tej, párizsi, margarin, zsemle	Gyümölcstea, tejfölös túrókrém, kukoricapelyhes kenyér, uborka	Tej, sajtkrém búzacsíras bagett, přitamin paprika	Citromos tea, mézes-margarinos köleses kenyér	Tejeskávé, csirkemellsonka vajkrémes félbarna kenyér, retek

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

2021. január 25 – 29.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, zala felvágott, margarin, kenyér, paradicsom	Csipketea, sonka, margarin, mixes zsemle, paradicsom	Tej, sárgarépas margarin teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Citromos tea, szendvics sonka, light margarinos vágott zsemle, tv. paprika	Tej, vitaminos margarin korpás vekni, paradicsom
Tízórai	Mandarin	Alma	Rostos ivólé (100%-os)	Almakompót	Gyümölcssaláta
Ebéd	Sütőtökös rizottó	Sertéstokány Karfiolfőzelék	Újházi csirkeleves Grízes metélt ízzel	Párolt pulykamell Meggymártás Törtburgonya	Bolognai spagetti
Uzsonna	Gyümölcstea, búzacsíras túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle, zöldhagyma	Forralt tej, baromfi párizsi, light margarinos fehér kenyér, vegyes zöldség	Csipketea, citromos halkrém burgonyás kenyér lilahagyma	Csokis tej, sajtkrémes zsúrkenyér, reszelt uborka	Gyümölcstea, házi kenőmájas, teljes kiőrlésű kifli, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató