

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2021. február 1 – 5.
5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej , kockasajt , kukoricapelyhes kenyér, tv. paprika	Gyümölcstea, hamburgerhús zsemle, vegyes zöldség	Kakaó , baromfipárizsi, margarin, burgonyás kenyér, uborka	Citromos tea, szardíniakrémes rozsos kenyér	Tej , sonkakrémes zsemle, přitamin paprika
Tízórai	Ivólé (100%-os)	Narancs	Mandarin	Alma	Banán
Ebéd	Fűszeres csirkecomb Zöldséges rizs Céklasaláta	Búzacsrás húsgombóc Paradicsommártás Sós burgonya	Májgaluskaleves Almás palacsinta	Rakott sárgarépa Gyümölcslé	Zabpelyhes stefánia vagdalt Sütőtökfőzelék
Uzsonna	Zöldtea, házi májpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Forralt tej , margarinos zsemle	Csipketea, mustáros tojáskrém , teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej , csokis gabonagolyó	Gyümölcstea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2021. február 8 – 12.

6. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Kamillatea, tojás rántotta, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Karamellástej , margarinos zsemle, reszelt uborka	Csipketea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű bagett	Tej , Pápai sonka, margarinos szőlőmagvas kenyér, paradicsom	Csipketea, kockasajt , teljes kiőrlésű zsemle kaliforniai paprika
Tízórai	Mandarin	Alma	Banánturmix	Gyümölcslé	Narancs
Ebéd	Pulykaaprósült Finomfőzelék	Kapros keféres csirkemell Májas barna rizs Céklasaláta	Rostos ivólé Virslis kelkáposzta főzelék	Mészáros-leves Burgonyás tészta Csemege uborka	Harcsafasírt Burgonyapüré Gyümölcssaláta
Uzsonna	Tej , párizsikrémes kenyér, uborka	Citromos tea, házi húspástétom, fehér kenyér, vajretek	Kefir , zsemle	Citromos tea, májusi felvágott,, margarin, zsemle, lilahagyma	Forralt tej , lekváros margarinos zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2021. február 15 – 19.

7. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó , kockasajt , margarinos burgonyás kenyér, hónapos retek	Csipketea, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej , felvágottkrémes zsemle	Kamillatea, házi tonhalas pástétom, teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma
Tízórai	Almakompót	Banán	Gyümölcsturmix	Gyümölcs saláta	Alma
Ebéd	Aprósült Karfiolfőzelék	Zöldséges csirkemáj Tört burgonya Olivaolajos savanyú káposzta	Csirkehúsos zöldbableves Grízes metélt ízzel	Párolt pulykamell Joghurtos tökfőzelék	Húsos tészta Csemege uborka
Uzsonna	Forralt tej , sonka, margarin, korpás zsemle, reték	Csipketea, csirkehúskrém lm., vágott zsemle, paradicsom	Natúr joghurt , baromfipárizsi, margarinos zsemle	Gyümölcstea, tojáskrém, félbarna kenyér, uborka	Mézes forralt tej , gabonapehely

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2021. február 22 – 26.

8. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej , párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Gyümölcstea, sült virsli mustár, köleses kenyér, reszelt téli retek	Tej , kockasajt , félbarna kenyér, főtt tojáskarikák, vegyes zöldség	Citromos tea, zala felvágott, ízesített margarinkrém, teljes kiőrlésű kenyér, párolt savanyú káposzta	Tej , tojáskrém , vágott zsemle, uborka
Tízórai	Narancs	Banán	Gyümölcslé (100%)	Mandarin	Alma
Ebéd	Párolt sertésszelet Petrezselymes burgonya Friss salátakeverék joghurtos öntettel	Petrezselymes-májás vagdalt Paradicsomos káposztafőzelék	Halas rizottó sajt nélkül Almás céklasaláta (házi)	Palócleves /sertéshúsból/ Grízes metélt ízzel	Párolt pulykacomb Gyümölcsmártás Burgonyapüré
Uzsonna	Citromos tea, felvágottkrém magkeverékes kenyér, uborka	Tej , májusi felvágott, margarin, zsemle	Citromos tea, sertésmájkrém, zsemle, kaliforniai paprika	Tej , csirkemellsonka, margarinos kukoricapelyhes kenyér	Gyümölcstea, házi sonkakerém burgonyás kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató