

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2021. november 1 - 5.

44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Gyümölcstea, körözött, teljes kiőrlésű zsemle	Tejeskávé, csirkemellsonka, natúr vajkrém, félbarna kenyér, vajretek	Citromos tea, tükörtojás, fehér kenyér	Tea, húskrém, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom
Ebéd		Galuskaleves Provance-i csirkemellfalatok ½ adag bulgur	Sertéspörkölt Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Zabpelyhes párna	Körteleves Sült csirkemáj Petrezselymes rizs Céklasaláta	Babgulyás Rizsfelfűjt Kukoricapelyhes kenyér
Uzsonna		Főtt tojás, margarin, kenyér, póréhagyma	Vajas zsemle, sütőtök	Tej, baromfi párizsi, vajas teljes kiőrlésű kifli, tv.paprika	Kockasajt, kifli, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2021. november 8- 12.

45. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, vajkrém, zabos kenyér	Csipketea, sajtkrémes nagy kifli, körte	Csokis tej, tojáskrémmel, zsúrkenyér	Tej, csemege szalámi, light margarin, kukoricapelyhes kenyér paradicsom	Citromos tea, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Zöldségleves Harcsapaprikás Nokedli Mandarin	Sertés aprópecsenye Kelkáposztafőzelék Szezámós rúd Burgonyás kenyér	Pulykaraguleves Mákos öntött kifli Alma	Lebbencsleves Rakott karfiol Rozsos kenyér	Tejfölös tojásleves Pincepörkölt Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle	Mazsolás krémtúró, teljes kiőrlésű kifli	Tonhalas pástétom, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Mustáros májaskrém, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek	Kefír, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2021. november 15 - 19.

46. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, sajtos párizsi, teljes kiőrlésű kifli, tv. paprika	Kakaó, kuglóf kivi	Zöldtea, tojásos melegszendvics, ketchup	Tej, briós	Gyümölcstea, sült krinolin, mustár, fehér kenyér
Ebéd	Köménymag leves Rakott burgonya Csemege uborka	Paradicsomos káposzta Sertéspörkölt Burgonyás pogácsa Félbarna kenyér	Bográcsgulyás Túrós batyu Alma	Zellerkrémleves Rántott pulykamell falatok Zöldséges rizs	Húsleves Főtt sertéshús Gyümölcsmártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Sajtos rúd, mandarin	Pápai sonka, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Gyümölcs joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Ízesített vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér, přitamin paprika	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2021. november 22 - 26.

47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, kakaós kalács narancs	Tea, sajtos sült kifli	Tejeskávé, füstölt párizsi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Tej, tepsis bundás kenyér körte	Csipketea, sárgarépas margarinkrém, zsemle
Ebéd	Daragaluska leves Köményes sertéssült Főtt burgonya Párolt vörös káposzta	Velence szelet Fejttetbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Sonkás kifli	Sütőtökrémleves Szárnyas rizottó Céklasaláta	Tarhonyaleves Töltött paprika pulykahússal Rozsos kenyér	Egri húsleves Burgonyás tészta Csemege uborka Narancs
Uzsonna	Házi baromfi kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Főtt tojás, margarin, fehér magos kenyér, paradicsom	Sajtos rúd, mandarin	Olasz felvágott, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Mazsolás túrókrém, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2021. november 29 – december 3.

48. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, házi párizsikrém, teljes kiőrlésű zsemle	Karamellás tej, briós, banán	Citromos tea, főtt virsli, ketchup, kenyér	Tej, szendvics sonka, vajás császár zsemle, kaliforniai paprika	Tejeskávé, sajtkrémes teljes kiőrlésű kifli, jégcsapretek
Ebéd	Tejfölös karfiolleves Pirított csirkemáj Tört burgonya Bolgár saláta	Pulykavagdalt Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szezámos rúd	Meggyleves Bazsalikomos tepsis halszeletek Párolt rizs Párolt zöldségek	Sertés pörkölt Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós tekercs	Rántott leves Vadas marhatokány Csótészta
Uzsonna	Sütötök, vajás nagy kifli	Csemegeszalámi, margarinos korpás kifli, paradicsom	Tejfölös túró, teljes kiőrlésű zsemle, zöldhagyma	Ízesített vajkrém, kifli, alma	Perc, mandarin

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató