

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. január 3-7.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea, sonka, vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Kakaó 1 dl, Zala felvágott, kenyér 4 dkg, retek	Tea, sonkás rántotta, kenyér 4 dkg	Tej 1 dl, vajás kenyér 4 dkg	Joghurt, puffasztott rizs 2 db,
Ebéd	Olasz zöldségleves Sertéspörkölt Lencsefőzelék	Zöldségleves Pulykatokány Rövidcső tészta 5 dkg tésztából	Zellerkrémleves Zöldborsós csirkemáj Párolt rizs 5 dkg rizsből	Kukoricadaragaluska- leves Marhapörkölt Főtt burgonya 20 dkg Csemege uborka	Korhelyleves Almás palacsinta 2 db
Uzsonna	Halkrémes kenyér 4 dkg, uborka	Puffasztott rizs 2 db, alma 10 dkg	Lilahagymás túrókrém, kenyér 4 dkg	Csirkemell sonka, kenyér 4 dkg, paradicsom	Vajkrémes kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. január 10-14.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé, olasz felvágott, kenyér 4 dkg, uborka	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg	Citromos tea, sonka, vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, retek	Tej 1 dl, tavaszi felvágott, kenyér 4 dkg, zöldpaprika	Csipketea, főtt tojás, margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom
Ebéd	Zöldségkrémleves Mexikói pulykatokány Párolt rizs 5 dkg rizsből	Alföldi gulyásleves Káposztás tészta 4 dkg tésztából	Gombakrémleves Bükki kaszáspecsenye Párolt rizs 5 dkg rizsből	Bazsalikomos paradicsomleves Párolt szelet Tört burgonya 20 dkg	Zöldséges karfiolleves Csikós tokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából
Uzsonna	Kenőmájas, kenyér 4 dkg, paradicsom	Turista szalámi, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Kapros túrókrém, kenyér 4 dkg	Margarinos kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika	Puffasztott rizs 2 db, mandarin 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. január 17-21.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé, sült szalonna, kenyér 4 dkg, lilahagyma	Tejeskávé 1 dl, zöldfűszeres kockasajt, kenyér 4 dkg	Tea, főtt virsli, kenyér 4 dkg, mustár	Kakaó 1 dl, vajás kenyér 4 dkg	Csipketea, májusi felvágott, kenyér 4 dkg, tv. paprika
Ebéd	Zöldséges burgonyaleves Rácbabpaprikás	Köménymagleves Almás csirkemell Párolt rizs 5 dkg rizsből	Csontleves Eszterházy pulykatokány Orsó tészta 5 dkg tésztából	Rizsleves Csemege sertéssült Karábéfőzelék	Zöldségleves Cseh rakott burgonya 20 dkg burgonyával
Uzsonna	Sonka, kenyér 4 dkg, paradicsom	Baromfi párizsi, kenyér 4 dkg, uborka	Puffasztott rizs 2 db, alma 10 dkg	Házi májpástétom, kenyér 4 dkg, paradicsom	Vajkrémes kenyér 4 dkg, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. január 24-28.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, tavaszi felvágott, kenyér 4 dkg, paradicsom	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Csipketea, melegszendvics 4 dkg	Kakaó 1 dl, vajás kenyér 4 dkg	Tea, bundás kenyér 4 dkg
Ebéd	Zöldségleves Pulykapörkölt Finomfőzelék	Paradicsomleves Gyros tál 15 dkg burgonyával	Fokhagymakrémleves Hentes tokány Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Zöldborsóleves Harcspaprikás Szarvacska tészta 4 dkg tésztával	Zöldséges burgonyaleves Székelykáposzta
Uzsonna	Párizsi, kenyér 4 dkg, zöldpaprika	Sonkakrémes kenyér 4 dkg, retek	Reszelt sárgarépa, margarinos kenyér 4 dkg	Kockasajt, kenyér 4 dkg, paradicsom	Vajás kenyér 4 dkg, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. január 31- február 4.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, csemege szalámi, kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Kakaó 1 dl, vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, uborka	Natúr joghurt, puffasztott rizsszelet 2 db	Tej 1 dl, vajás kenyér 4 dkg	Zöldtea, körözött, kenyér 4 dkg, póréhagyma
Ebéd	Brokkolikrémleves Lecsós virsli Párolt rizs 5 dkg rizsből	Tojásleves Pusztapörkölt 20 dkg burgonyával Vegyes vágott savanyúság	Sertésraguleves Káposztás tészta 5 dkg tésztából	Kukoricadaragaluska- leves Aprósült Tökfőzelék	Zöldségleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből
Uzsonna	Sonka, kenyér 4 dkg, paradicsom	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Puffasztott rizs 2 db, alma 10 dkg	Csemege szalámi, vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Párizsi, kenyér 4 dkg, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató