

ÉTLAP

2022. január 3 - 7.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, főtt tojás, margarin, félbarna kenyér	Gyümölcs tea, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tejeskávé, löcsfelvágott, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Zöldtea, sonka, margarin, kenyér, uborka	Tej, ízesített margarin, vágott zsemle
Ebéd	Köménymagos leves Pirított zsemlekocka Rakott karfiol Banán	Citromos kerti leves Tonhalvagdalt Tört burgonya Céklasaláta	Kalocsai gulyásleves Káposztás tészta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposztafőzelék Ivólé Köleses kenyér	Gyümölcsleves Töltött csirkecomb Kuskusz Párolt zöldség
Uzsonna	Csirkemellsonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej, margarinos zsemle	Felvágottkrémes zsemle, zöldhagyma	Zala felvágott, margarin, kenyér, retek	Baromfipárizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TEJMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. január 10 - 14.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, Alpesi szalámi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Csipketea, margarinos korpás zsemle, sonka, paradicsom	Tej, zala felvágott, margarinos zsemle	Gyümölcstea, sült debreceni kolbász, mustár, korpás kenyér	Tej, párizsi, margarin, kenyér, rettek
Ebéd	Frankfurti leves Gránátos kocka Csemege uborka	Tepsis pulykarolád Szemesbabfőzelék Ivólé Teljes kiőrlésű kenyér	Sütőtök krémleves pirított kenyérkocka Pirított csirkemáj Petrezselymes rizs Befőtt	Húsleves Főtt sertésszelet Parajmártás Főtt burgonya	Paradicsomleves Marhapörkölt Tarhonya Savanyúkáposzta
Uzsonna	Müzliszelet, alma	Margarinos zsemle, baromfi párizsi	Házi húskrém, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Felvágottkrémes teljes kiőrlésű zsemle

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	Tej, sonkakrém teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, csemege szalámi, margarin, kenyér, uborka	Tej, margarinos-mézes kenyér banán	Citromos tea, tojáskrém, magvas zsemle, paradicsom	Zöldtea, főtt virsli, mustár, kenyér
Ebéd	Sertésraguleves Káposztás sztrapacska Mandarin	Pulyka aprópecsenye Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Piskóta tekercs	Meggyleves Tepsis harcsaszelet Kukoricás rizs Csemege uborka	Csontleves Töltött paprika Burgonyás kenyér	Gombaleves Spanyol csirke Tört burgonya Uborkasaláta
Uzsonna	Szardíniakémes kenyér, uborka	Sonka, margarin, zsemle, retek	Májkrém teljes kiőrlésű zsemle, vajretek	Tej, zala felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika	Lekváros-margarinos kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. január 24 - 28.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, múzli, margarinos zsemle	Csipketea, tojásrántotta, teljes kiőrlésű zsemle	Kakaó, margarinos zsemle	Tej, olasz felvágott, margarinos zabos kenyér, uborka	Citromos tea, házi csirkemájkrém, teljeskiőrlésű kenyér jégcsapretek
Ebéd	Széchenyi-leves Sertéspörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertéraguleves Kuszkuszos metélt Gyümölcsízzel	Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka Mandarin	Reszelt leves Mézes-mustáros csirkemell Párolt rizs Párolt kelbimbó	Mészáros-leves Káposztás tészta
Uzsonna	Baromfipárizsi, margarinos korpás zsemle, tv. paprika	Tej, sonkakrémes kenyér, alma	Diákcsemege, margarin, zsemle, přitamin paprika	Tonhalpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Sonka, margarin, kenyér, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. január 31 – február 04.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, sonka, zsemle alma	Csipketea, főtt tojás, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kakaó, zsemle	Tej, turista felvágott, korpás zsemle, paradicsom	Tea, sonka, margarin, kenyér, uborka
Ebéd	Zöldségleves Lecsós csirkemell Karfiolfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Palócleves Húsos tészta Csemege uborka	Tarhonyaleves Rakott sárgarépa Teljes kiőrlésű kenyér Banán	Tavaszeleves Vadász pulykaragu Fűszeres burgonya Csemegeuborka	Gulyásleves Grízes metélt ízzel
Uzsonna	Zala felvágott, margarinos köleses kenyér, pírtamin paprika	Margarin, burgonyás kenyér, párizsi	Pápai sonka, margarinos rozsos kenyér, lilahagymás savanyú káposzta	Felvágottkrém, teljes kiőrlésű kenyér, körte	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!