

ÉTLAP

2022. január 3 - 7.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, zala felvágott, light margarin, félbarna kenyér	Gyümölcs tea, körözött, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tejeskávé, lőcsfelvágott, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Zöldtea, krémes melegszendvics kivi	Tej, ízesített vajkrém, vágott zsemle
Ebéd	Köménymagos leves Pirított zsemlekocka Rakott karfiol Banán	Citromos kerti leves Aprósült Tört burgonya Céklasaláta	Kalocsai gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposztafőzelék Ivólé Köleses kenyér	Gyümölcsleves Sült csirkecomb Kuszkusz Párolt zöldség
Uzsonna	Csirkemellsonka, vajkrém, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Tej, vajás zsemle	Házi sajtkrém, zsemle, zöldhagyma	Kefír, teljes kiőrlésű kifli	Baromfipárizsi, joghurtos margarin,, teljes kiőrlésű kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TOJÁSMENTES

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, vajkrémes korpás zsemle, reszelt sajt, paradicsom	Csokis tej, vajás molnárka	Gyümölcstea, sült debreceni kolbász, mustár, korpás kenyér	Tej, zöldséges pizza szelet
Ebéd	Frankfurti leves Gránátos kocka Csemege uborka	Aprósült Szemesbabfőzelék Ivólé Teljes kiőrlésű kenyér	Sütőtök krémleves pirított kenyérkocka Pirított csirkemáj Petrezselymes rizs Befőtt	Húsleves Főtt sertésszelet Parajmártás Főtt burgonya	Paradicsomleves Marhapörkölt Főtt burgonya Savanyúkáposzta
Uzsonna	Párizsikrémes kenyér, alma	Margarinos Vincellér kifli, baromfi párizsi	Házi húskrém, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Kefir, teljes kiőrlésű bagett narancs	Túrórudi, teljes kiőrlésű kifli

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, sajtkrém, graham kifli, uborka	Pudingos tej, kakaós kifli banán	Citromos tea, párizsikrém magvas zsemle, paradicsom	Zöldtea, hot-dog
Ebéd	Sertésraguleves Káposztás tészta Mandarin	Pulyka aprópecsenye Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Meggyleves Tepsis harcsaszelet Kukoricás rizs Tartármártás	Csontleves Főtt hús Főtt burgonya Paradicsommártás Burgonyás kenyér	Gombaleves Spanyol csirke Burgonyapüré Uborkasaláta
Uzsonna	Szardíniakémes kenyér, uborka	Gabonás joghurt, bagett	Májkrém teljes kiőrlésű zsemle, vajretek	Tej, zala felvágott, teljes kiőrlésű kifli, tv.paprika	Lekváros-margarinos kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TOJÁSMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. január 24 - 28.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, múzli, vajás kifli	Csipketea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kifli	Kakaó, margarinos zsemle	Tej, Olasz felvágott, vajás zabos kenyér, uborka	Citromos tea, házi csirkemájkrém, teljeskiőrlésű kenyér jégcsapretek
Ebéd	Széchenyi-leves Sertéspörkölt Kefíres tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertéraguleves Kuszkuszos metélt Gyümölcsízzel	Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka Mandarin	Tavaszi leves Mézes-mustáros csirkemell Párolt rizs Lengyeles kelbimbó	Mészáros-leves Káposztás tészta
Uzsonna	Baromfipárizsi, margarinos korpás zsemle, tv. paprika	Tej, sonkakrémes kenyér, alma	Diákcsemege, joghurtos margarin, Vincellér kifli, pritamin paprika	Tonhalpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Kockasajt, kifli, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TOJÁSMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. január 31 – február 04.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, kakaós kifli alma	Csipketea, sonkakrém, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kakaó, zsemle	Tej, turista felvágott, korpás zsemle, paradicsom	Tea, melegszendvics
Ebéd	Zöldségleves Lecsós csirkemell Karfiolfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Palócleves Húsos tészta Csemege uborka	Zöldséges burgonyaleves Rakott sárgarépa Teljes kiőrlésű kenyér Banán	Karalábé krémleves pirított kenyérkocka Vadász pulykaragu Fűszeres burgonya Csemegeuborka	Gulyásleves galuska nélkül Túrós tészta
Uzsonna	Zala felvágott, margarinos köleses kenyér, pritamin paprika	Vitaminos margarin, burgonyás kenyér, reszelt sajt	Pápai sonka, margarinos rozsos kenyér, lilahagymás savanyú káposzta	Sajtkrém, teljes kiőrlésű kifli, körte	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató