

# ÉTLAP

2022. február 7 – 11.  
6. hét

|                | Hétfő                                                                   | Kedd                                                            | Szerda                                                         | Csütörtök                                                                   | Péntek                                                                          |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Kamillatea,<br>tojás rántotta,<br>teljes kiőrlésű kenyér,<br>paradicsom | Karamellástej,<br>vajkrémes molnárka,<br>reszelt uborka         | Csipketea,<br>padlizsánkrémes<br>teljes kiőrlésű bagett        | Tej,<br>Pápai sonka,<br>light margarin<br>szőlőmagvas kenyér,<br>paradicsom | Csipketea,<br>házi sajtkrémes<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>kaliforniai paprika |
| <b>Tízórai</b> | Mandarin                                                                | Alma                                                            | Banánturmix                                                    | Gyümölcslé                                                                  | Narancs                                                                         |
| <b>Ebéd</b>    | Pulykarolád<br>Finomfőzelék                                             | Kapros-kefíres<br>csirkemell<br>Májás barna rizs<br>Céklasaláta | Rostos ivólé<br>Virslis<br>kelkáposzta főzelék<br>Fehér kenyér | Mészáros-leves<br>Varga béles                                               | Harcsafasírt<br>Burgonyapüré<br>Gyümölcssaláta                                  |
| <b>Uzsonna</b> | Tej,<br>túrós batyu                                                     | Citromos tea,<br>házi húspástétom,<br>fehér kenyér,<br>vajretek | Kefir,<br>Vincellér kifli                                      | Citromos tea,<br>joghurtos margarin,<br>hamirúd,<br>lilahagyma              | Tej,<br>lekváros briós                                                          |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2022. február 14 – 18.  
7. hét

|                | Hétfő                                                              | Kedd                                                                    | Szerda                                                                  | Csütörtök                                                      | Péntek                                                                          |
|----------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Gyümölcstea,<br>főtt virsli,<br>ketchup,<br>teljes kiőrlésű kenyér | Kakaó,<br>zöldfűszeres kockasajt,<br>burgonyás kenyér,<br>hónapos retek | Csipketea,<br>melegszendvics<br>teljes kiőrlésű<br>kenyérből,<br>uborka | Tej,<br>joghurtos margarin,<br>kakaós kalács                   | Kamillatea,<br>házi tonhalas pástétom,<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>lilahagyma |
| <b>Tízórai</b> | Almakompót                                                         | Banán                                                                   | Körte                                                                   | Gyümölcs saláta                                                | Alma                                                                            |
| <b>Ebéd</b>    | Húsfelfújt<br>Karfiolfőzelék                                       | Zöldséges csirkemáj<br>Tört burgonya<br>Olivaolajos savanyú<br>káposzta | Csirkegulyás<br>Túrós linzer                                            | Vajas pulykamell<br>Joghurtos tökfőzelék                       | Bolognai spagetti                                                               |
| <b>Uzsonna</b> | Forralt tej,<br>gyümölcsös túrókrém,<br>korpás zsemle              | Csipketea,<br>csirkehúskrém,<br>vágott zsemle,<br>paradicsom            | Natúr joghurt,<br>baromfipárizsi,<br>vajkrémes kifli                    | Gyümölcstea,<br>brokkolis<br>pulykahúskrém,<br>félbarna kenyér | Mézes forralt tej,<br>gabonapehely                                              |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Napsugár Bölcsőde konyhája**

# ÉTLAP

2022. február 21 – 25.

8. hét

|                | Hétfő                                                                    | Kedd                                                                    | Szerda                                                                         | Csütörtök                                                                                         | Péntek                                                             |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Tej,<br>karfiolkrém,<br>teljes kiőrlésű kifli,<br>paradicsom             | Gyümölcstea,<br>sajtos virsli,<br>köleses kenyér,<br>reszelt téli retek | Tej,<br>krémsajtos félbarna<br>kenyér,<br>főtt tojáskarikák,<br>vegyes zöldség | Citromos tea,<br>ízesített margarinkrém,<br>teljes kiőrlésű kenyér,<br>párolt savanyú<br>káposzta | Tej,<br>tojáskrém,<br>vágott zsemle,<br>uborka                     |
| <b>Tízórai</b> | Narancs                                                                  | Banán                                                                   | Gyümölcslé (100%)                                                              | Mandarin                                                                                          | Alma                                                               |
| <b>Ebéd</b>    | Szatmári rakott<br>burgonya<br>Friss salátakeverék<br>joghurtos öntettel | Petrezselymes-májás<br>vagdalt<br>Paradicsomos<br>káposztafőzelék       | Halas rizottó<br>Almás céklasaláta<br>(házi)                                   | Palócleves<br>/sertéshúsból/<br>Citromos - mákos<br>szelet                                        | Sült pulykacomb<br>Gyümölcsmártás<br>Burgonyapüré                  |
| <b>Uzsonna</b> | Citromos tea,<br>sárgarépa krém,<br>magkeverékes kenyér,<br>uborka       | Tej,<br>túrós-zabpelyhes keksz<br>(fele teljes kiőrlésű<br>liszttel)    | Citromos tea,<br>sertésmájkrém,<br>korpás kifli,<br>kaliforniai paprika        | Vaníliás tej,<br>csirkemellsonka,<br>light margarinos<br>kukoricapelyhes kenyér                   | Gyümölcstea,<br>házi sonkakerém<br>burgonyás kenyér,<br>paradicsom |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Szabó Mária , Szabó Anna

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Napsugár Bölcsőde konyhája**

# ÉTLAP

**2022. február 28 – március 4.**

**9. hét**

|                | <b>Hétfő</b>                                                        | <b>Kedd</b>                                                                 | <b>Szerda</b>                                                                   | <b>Csütörtök</b>                                                                          | <b>Péntek</b>                                                                         |
|----------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Gyümölcstea,<br>sütőben sült<br>bundás kenyér,<br>reszelt sajt      | Tej,<br>párizsikrémes<br>nagy kifli,<br>uborka                              | Csipketea,<br>Zala felvágott,<br>vajkrémes<br>burgonyás kenyér,<br>jégcsapretek | Tej,<br>sonkás melegszendvics                                                             | Natur joghurt<br>gyümölcsdarabokkal,<br>Light margarinós<br>vágott zsemle             |
| <b>Tízórai</b> | Narancs                                                             | Banánturmix                                                                 | Körte                                                                           | Alma                                                                                      | Banán                                                                                 |
| <b>Ebéd</b>    | Búzacsírás<br>pulykavagdalt<br>(tepsis)<br>Salátafőzelék            | Sült csirkecombfilé<br>Zöldséges kuskusz<br>Céklasaláta                     | Velence szelet<br>Csőben sült brokkoli                                          | Gulyásleves<br>Kukoricapelyhes<br>túrógombóc tejföllel                                    | Süttőtökös rizottó                                                                    |
| <b>Uzsonna</b> | Karamellás tej,<br>Light margarinós<br>rozsos kenyér,<br>paradicsom | Csipketea,<br>búzacsírás körözött,<br>teljes kiőrlésű kenyér,<br>póréhagyma | Forralt tej,<br>kockasajt,<br>félbarna kenyér                                   | Gyümölcstea,<br>házi<br>csirkemájpástétom,<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>vegyes zöldségek | Forralt tej,<br>csirkemellsonka,<br>reszelt tojás,<br>burgonyás kenyér,<br>zöldhagyma |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Szabó Mária , Szabó Anna

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató