

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
GLUTÉNMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2022. február 7 - 11.

6. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, kolbászkrem, kenyér, uborka	Gyümölcstea, rántotta, kenyér	Tejeskávé, vajkrém, kenyér, paradicsom	Zöldtea, májusi csemege felvágott, kenyér	Tej, sajtkrém, kenyér
Ebéd	Tojásleves Borzaska Petrezselymes rizs Káposzta saláta	Csontleves Fokhagymás aprópecsenye Kelkáposzta főzelék Kenyér	Zöldséges bableves Csirkepörkölt Nokedli Csemegeuborka	Kassai burgonyaleves Káposztás tészta	Zöldségleves Főtt hús Paradicsommártás Kenyér
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet, narancs	Tej, vajás kenyér, körte	Túrókrém, kenyér	Natúr joghurt gyümölcsdarabokkal, kenyér	Olivaolajos halkrém, kenyér, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. február 14 - 18.

7. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, margarinos kenyér, kaliforniai paprika	Csipketea, felvágottkrémes kenyér, paradicsom	Tej, margarinos kenyér, tv. paprika	Gyümölcstea, melegszendvics	Tej, Ca-mal dúsított kockasajt, kenyér, jégcsapretek
Ebéd	Kukoricadaragaluska- leves Székelyrakott burgonya Mandarin	Sertéspörkölt Sárgaborsó főzelék Kenyér Ívólé	Paradicsomleves Gombás csirkeragu Rizibizi Almakompót	Tavaszeleves Pulykaaprósült Petrezselymes burgonya Céklasaláta	Húsleves Párolt sertésszelet Tejszínes parajkrém Penne tészta Narancs
Uzsonna	Sonkás-hagymás túrókrém, kenyér	Tej, vajás kenyér	Zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Kefir, kenyér	Pöttyös túró rudi, ívólé

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. február 21 - 25.

8.hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, sertéspárizsi, kenyér, tv. paprika	Citromos tea, tojáskrém, kenyér, paradicsom	Kakaó, kenyér, banán	Csipketea, zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Zöldtea, sült krinolin, ketchup, kenyér
Ebéd	Magyaros karfiolleves Debreceni pulykatokány Párolt rizs Bolgár saláta	Rácbabpaprikás Kenyér Ivólé	Köménymag leves Gm. kenyérkocka Rántott harcsafilé Burgonyapüré Őszibarack befőtt	Csirkemájpörkölt Tejfölös burgonyafőzelék Kenyér Alma	Sertés raguleves Káposztás tészta
Uzsonna	Házi csirkemájpástétom, kenyér, körte	Körözött, kenyér	Szendvics sonka, margarinos kenyér, reszelt sajt	Tej, kenyér	Vajkrém, kenyér, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. február 28 – március 4.
9. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, kenyér	Gyümölcstea, sonkakrém melegszendvics	Tej, natúr kukoricapehely, kenyér	Karamellás tej, kenyér	Zöldtea, kenőmájas, kenyér kaliforniai paprika
Ebéd	Burgonya krémleves pirított gm. kenyérkocka Tavaszi csirkemellsaláta ½ adag párolt rizs	Aprósült Zöldbabfőzelék Kenyér Ivólé	Fahéjas szilvaleves Gombás sertésszelet Párolt rizs Bajor saláta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposzta főzelék Kenyér Ivólé	Egri húsleves Tejberizs Gyümölcs
Uzsonna	Olasz felvágott, margarin, kenyér, gyümölcs	Kefir, kenyér	Sonka, vajkrém, kenyér, hónapos retek	Kockasajt, kenyér, gyümölcs	Mustáros halkrém, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!