

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
LAKTÓZMENTES

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, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Gyümölcstea, rántotta, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé , margarin, szőlőmagvas kenyér, paradicsom	Zöldtea, májusi csemege felvágott, teljes kiőrlésű kenyér	Tej, párizsi, margarin, császár zsemle
Ebéd	Tojásleves Párolt szelet Petrezselymes rizs Káposzta saláta	Csontleves Fokhagymás aprópecsenye Kelkáposzta főzelék Korpás kenyér	Zöldséges bableves Csirkepörkölt Nokedli Csemegeuborka	Kassai burgonyaleves Káposztás tészta	Árpagyöngyleves Zabpelyhes húsgombóc Paradicsommártás Fehér magos kenyér
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet, narancs	Tej, margarinos zsemle, körte	Kockasajt, teljes kiőrlésű zsemle	Natúr joghurt lm. gyümölcsdarabokkal, zsemle	Olivaolajos halkrém, teljes kiőrlésű 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 teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Csipketea, felvágottkrém teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej, margarinos zsemle, tv. paprika	Gyümölcstea, sonka, margarin, kenyér, uborka	Tej, kockasajt, zsemle, jégcsapretek
Ebéd	Daragaluskaleves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka Mandarin	Sertéspörkölt Sárgaborsó főzelék Burgonyás kenyér Ívólé	Paradicsomleves Gombás csirkeragu Rizibizi Almakompót	Tavaszeleves Póréhagymás pulykavagdalt szelet Petrezselymes burgonya Céklasaláta	Húsleves Húsos tészta Csemege uborka Narancs
Uzsonna	Sonka, margarin, zsemle, uborka	Tej, margarinos császár zsemle	Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Párizsi, margarin, kenyér, retek	Műzli szelet, ívólé

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2022. február 21 - 25.

8.hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, sertéspárizsi, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Citromos tea, tojáskrém, zabos kenyér, paradicsom	Kakaó, zsemle, banán	Csipketea, zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Zöldtea, sült krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Magyaros karfiolleves Debreceni pulykatokány Tarhonya Bolgár saláta	Rácbabpaprikás Fehér kenyér Ivólé	Köménymag leves Zsemlekocka Rántott harcsafilé Burgonyapüré Őszibarack befőtt	Csirkemájpörkölt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Sertés raguleves Káposztás tészta
Uzsonna	Házi csirkemájpástétom, magvas zsemle, körte	Kockasajt, zsemle	Szendvics sonka, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, reszelt sajt	Tej, zsemle	Zala felvágott, margarin, zsemle, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. február 28 – március 4.
9. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, baromfifelvágott, zsemle	Gyümölcstea, sonkakrémcs kenyér	Tej, kukoricapehely, zsemle	Karamellás tej, sonka, zsemle	Zöldtea, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika
Ebéd	Zöldségleves Párolt csirkemell Párolt rizs Csemege uborka	Sólet Teljes kiőrlésű kenyér Müzli szelet	Fahéjas szilvaleves Gombás sertésszelet Tarhonya Bajor saláta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Egri húsleves Tejberizs Gyümölcs
Uzsonna	Olasz felvágott, margarin, kenyér, gyümölcs	Párizsi, margarin, barna zsemle	Löncs felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Kockasajt, zsemle, gyümölcs	Mustáros halkrém, burgonyás kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!