

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2022. március 7 - 11.

10.hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, májusi felvágott, teljeskiőrlésű zsemle, uborka	Tejeskávé, szalonnás omlett, zsemle, zöldhagyma	Csipketea, pizza	Kakaó, baromfi párizsi, teljeskiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Gabonás joghurt, teljes kiőrlésű kifli
Ebéd	Zöldségleves Sertés pörkölt Kelkáposzta főzelék	Halgaluskaleves Mákos metélt Gyümölcs	Gombakrémleves Szerpenyős burgonya virslivel Uborkasaláta	Tarhonyaleves Sólet	Paradicsomleves Párolt szelet Petrezselymes rizs Savanyú káposzta
Uzsonna	Házi túrókrém, vágott zsemle	Sajtkrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Mini jam, teljes kiőrlésű kifli	Ivólé, gyümölcs	Sajtos pereg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2022. március 14-18.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	MUNKASZÜNETI NAP		Tea, családi májas, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tejeskávé, vajás kakaós kifli	Tea, sajtos-tejfölös lángos
Ebéd			Csontleves Csemege pulykasült Paradicsomos káposztafőzelék	Szilvaleves Házi rizseshús Uborkasaláta	Zöldséges kelbimbóleves Bakonyi sertéstokány Copfocska tészta
Uzsonna			Ivólé, gyümölcs	Tojáskrémes teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek	Turista szalámi, teljes kiőrlésű zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2022. március 21 - 26.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Limonádé, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, póréhagyma	Tea, hot-dog	Gyümölcsle, margarinos zsemle, tv. paprika	Tej, tavaszi felvágott, margarin, zsemle, paradicsom	Tea, turista felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kakaó, lekváros puffancs
Ebéd	Daragaluskaleves Erdélyi rakott káposzta	Gulyásleves Tejberizs	Tojásleves Milánói sertésszelet Milánói makaróni	Borsópüréleves Pírtott kenyérkocka Lecsós pulykatokány Párolt rizs	Lebbencsleves Rácbabpaprikás	Árpagyöngyleves Zúzapörkölt Tarhonya Csemege uborka
Uzsonna	Gyümölcsös túrókrém, vágott zsemle	Olasz felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Sonkakrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Házi sajtos pogácsa	Vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle, retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2022. március 28 - április 1.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, csemege szalámi, magvas zsemle, uborka	Tej, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Zöldtea, vajkrémes zsemle, tv.paprika	Pudingos tej, vajás kakaós kalács	Tea, tükörtojás, teljes kiőrlésű zsemle
Ebéd	Zöldséges gombaleves Mézes-mustáros sertéscsíkok Párolt rizs	Jókai bableves Darás metélt	Köménymagleves Pirított kenyérkocka Roston hal Burgonyapüré Vegyes befőtt	Pásztorleves Rakott karfiol	Húsleves Húsgombóc Paradicsommártás ½ adag burgonya
Uzsonna	Kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Sós rúd, gyümölcs	Kefir, teljes kiőrlésű kifli	Zala felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Lilahagymás túrókrém, korpás zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!