

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2022. március 7 – 11.
10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, tojásrántotta, burgonyás kenyér, paradicsom	Tej, margarin, zala felvágott, zsemle	Tej, főtt krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, csirkemellsonka, margarin, fehér kenyér, tv. paprika	Citromos tea, baromfi májkrém, burgonyás kenyér, hónapos retek
Tízórai	Banán	Alma	Gyümölcslé	Mandarin	Gyümölcs saláta
Ebéd	Főtt pulykamell Zöldborsófőzelék rántva Fehér kenyér	Tepsis tonhalvagdalt Tört burgonya Sárgarépas uborkasaláta	Szárnyas raguleves Burgonyás tészta Csemege uborka	Tojásos rakott zöldbab Félbarna kenyér	Fokhagymás sült pulykapecsenye Karfiolfőzelék
Uzsonna	Forralt tej, házi csirkehúskrém teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Gyümölcstea, sonkakrém vágott zsemle, hónapos retek	Gyümölcstea, tojáskrém zsemle, vegyes zöldség	Citromos tea, párizsi, margarin, zsemle, pritamin paprika	Forralt tej, felvágottkrém, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. március 14 – 18.
11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	MUNKASZÜNETI NAP		Tej, csirkemellsonka, margarin, fehér kenyér, reszelt uborka	Csipketea, főtt tojás, margarinos magkeverékes kenyér, zöldhagyma	Tej, csirkemell sonka, margarin, zsemle
Tízórai			Körte	Mandarin	Banán
Ebéd			Piritott csirkemáj Főtt burgonya Csemege uborka	Házi rizseshús Tavaszi saláta	Párolt pulykamell Sárgarépa főzelék Fehér kenyér
Uzsonna			Gyümölcsstea, almapüré banánnal, teljes kiőrlésű zsemle	Tea, kenőmájas, zsemle	Citromos tea, felvágottkrémes teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2022. március 21 – 26.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Reggeli	Gyümölcstea, citromos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Tej, csirkemellsonka, margarin, zsemle	Gyümölcstea, tükörtojás, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Kakaó, májusi felvágott, margarin, burgonyás kenyér	Gyümölcstea, főtt virsli, ketchup, félbarna kenyér	Tej, sárgarépas margarin, burgonyás kenyér
Tízórai	Almkompót	Banánturmix	Mandarin	Körte	Gyümölcs saláta	Alma
Ebéd	Húsgombóc Gyümölcsmártás ½ adag sós burgonya	Bácskai rizseshús Almás céklasaláta	Újházi csirkeleves Ízes piskóta	Zöldfűszeres pulykamell Petrezselymes rizs Tavaszi saláta	Rakott kelkáposzta Alma Fehér kenyér	Lecsós csirkemáj Burgonyafőzelék Félbarna kenyér
Uzsonna	Forralt tej, lekváros-margarinos kenyér	Csipketea, szardíniakrém, reszelt sárgarépa, vágott zsemle	Mézes tej, gabonapehely	Citromos tea, zala felvágott, margarin, korpás zsemle, póréhagyma	Tej, párizsi, margarin, zsemle, póréhagyma	Gyümölcstea, csirkemellsonka, margarin, zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2022. március 28 – április 1.
13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, sonkás rántotta, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Tej, májusi felvágott, zelleres margarin, burgonyás kenyér, paradicsom	Citromos tea, csirkemellsonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, margarin, zala felvágott, zsemle	Citromos tea, csirkemell sonka, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek
Tízórai	Alma	Gyümölcslé	Banán	Gyümölcs saláta	Reszelt alma, keksz
Ebéd	Natúrstelet ½ adag tört burgonya 1/2 adag párolt brokkoli	Húsgombóclevés Káposztás tészta	Aprósült Tökfőzelék	Párolt sertéshús Burgonyapüré Paradicsommártás	Húsos tészta Csemege uborka
Uzsonna	Karamellás tej, zala felvágott, margarinos zsemle, uborka	Gyümölcstea, baromfi párizsi, margarin, fehér kenyér, pritamin paprika	Forralt tej, tojáskrémes kenyér, hónapos retek	Citromos tea, szardíniakrémes félbarna kenyér	Tejeskávé, sertés párizsi, margarinos félbarna kenyér, lilahagymás savanvúkáposzta

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!