

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. március 7 – 13.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea , csirkemell sonka margarinos teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Kakaó . 2 dl, szárnyas májkrém, zsemle 1 db, zöldhagyma	Zöldtea , sült debreceni kolbász, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Citromos tea , tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, tv. paprika	Csipketea , tepertőkrém, félbarna kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Rostoslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Vincellér kifli 1 db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Margarinos kifli 1 db	Kockasajt, kenyér 4 dkg
Ebéd	Zöldségleves Csemege sertésült Zöldbabfőzelék	Csurgatott tésztaleves Sült csirkecomb Tört burgonya 20 dkg Almapaprika	Zöldborsóleves Spagetti szénégető módra 5 dkg tésztából	Gombakrémleves Szatmári rakott burgonya 20 dkg burgonyából Csemege uborka	Karfiolleves Pulyka vadász módra Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Túrós tészta 5 dkg tésztából	Húserőleves Ránott sajt Burgonyapüré 15 dkg Diabetikus befőtt
Uzsonna	Sajtos kifli 1 db	Margarinos kenyér 4 dkg	Húskrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Joghurt, kifli ½ db	Molnárka ½ db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Vacsora	Zúza pörkölt tarhonya 5 dkg tarhonyából csemege uborka	Gyümölcstea Zala felvágott teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Nudli 10 dkg fahéjas eritrittel	Tej 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, pritamin paprika	Citromos tea , májkrém, teljes kiőrlésű kifli 2 db	Zöldtea , sonka, margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. március 14 – 20.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé. 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű bagett 5 dkg, paradicsom	Citromos tea., párizsi, vitaminos margarin fehér kenyér 7 dkg,	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcstea , főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó diab. 2 dl, mini ráma burgonyás kenyér 5 dkg, lilahagyma	Citromos tea , sajtos sült kifli 1 ½ db	Tej 2 dl, mini ráma, marha párizsi, fehér kenyér 5 dkg, paradicsom
Tízórai	Margarin, kifli 1 db	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Sajtkrém kenyér 4 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Ebéd	Árpagyöngyleves Hentes sertés tokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából	Karalábéleves Cigánypecsenye Hagymás tört burgonya 20 dkg Almapaprika	Reszeltleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Magyaros burgonyaleves Székelykáposzta	Zöldséges bableves (kevésbé sűrű) fűstölt hússal Nudli 10 dkg fahéjall	Salátaleves Marhapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Céklasaláta	Tavaszeleves Tejfeles csirkecomb Csótészta 5 dkg tésztából
Uzsonna	Ívóle 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Sajtos perec 4 dkg-nyi	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl
Vacsora	Aprósült Brokkolifőzelék	Zöldtea , húspástétom, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Zöldtea, snidlinges csirkemellsonka, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg	Húsos tészta 5 dkg tésztából Csemege uborka	Joghurt, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db	Gyümölcstea , Diákcsemege, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg	Zöldtea , szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. március 21 – 27.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea , főtt füstölt tarja, főtt tojás, mini vaj, fehér kenyér 7 dkg,	Tejeskávé 2 dl, meleg szendvics 5 dkg kenyérből	Gyümölcstea , mini ráma, reszelt sajt, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Tej 2 dl, vajás zsemle 1 db	Citromos tea , tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, hónapos retek	Tej 2 dl, párizsi, mini ráma, zsemle 1 db	Csipketea , kockasajt, vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg (kivévebanán)	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Kifli 1 db, margarin	Gyümölcs 15-20 dkg (kivévebanán)	Rostoslé 100 %-os 2 dl	Kockasajt , kifli 1 db	Diab. nápolyi 4 dkg
Ebéd	Suhintott leves Fokhagymás pecsenye Tejfölös burgonyafőzelék	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta 5 dkg tésztából cukor nélkül	Brokkoli krémleves Szalonnás csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Céklasaláta diab.	Zöldséges kelbimbó leves Szatmári rakott burgonya 20 dkg burgonyából Vegyes vágott csavarguság	Meggyleves Pásztortarhonya 4 dkg tarhonyából Csemege uborka	Galuskaleves Sült csirkecomb Miskolcirkottas	Zöldségleves Rántott csirkemell Burgonyapüré 15 dkg Diabetikus befőtt
Uzsonna	Diab. nápolyi 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivévebanán)	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Májkrémes kenyér 4 dkg	Sajtos rúd 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivévebanán)
Vacsora	Diétás rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Citromos tea , sonka, mini vaj, molnárika 1 db	Tej 2 dl, turista szalámi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, vajretek	Sajtos tejfeles virsli fehér kenyér 10 dkg	Gyümölcstea , mini ráma, csirkemell sonka, fehér kenyér 10 dkg, uborka	Citromos tea , tepertőkrémes, teljes kiőrlésű zsemle 1 ½ db, pritamin paprika	Kakaó . 2 dl, tavaszi felvágott, mini ráma, tv. paprika korpás vekni 7 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház Cukorbeteg

ÉTLAP

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

2022. március 28. április 3.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea , Pápai sonka mini ráma, fehér kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini margarin zsemle 1 db	Citromos tea , sajtos sült nagy kifli 1 db, uborka	Gyümölcstea , kockasajt, mini ráma, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db, tv.paprika	Kakaó 2 dl, vajás zsemle 1 db	Zöldtea , főtt virsli, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, Olasz felvágott, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg, tv. paprika
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg (kivévebanán)	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán)	Májkrémes kenyér 4 dkg	Diab. nápolyi 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivévebanán)	Molnárka ½ db
Ebéd	Reszelt leves Sült kolbász Sárgaborsó főzelék	Hajdusági pulykaleves Túrógombóc diab	Csontleves Sertés pörkölt Copfocska tészta 5 dkg tésztából Cékla saéata.	Grízgaluskaleves Szerpenyős burgonya kolbásszal 20 dkg burgonyából Kovászos uborka	Zellerkrémleves Rántott hal Petrezselymes rizs 4 dkg rizsből Uborkasaláta.	Rizsleves Zúza pörkölt Tört burgonya 20 dkg Csemege uborka	Zöldségleves Sült csirkecomb Bulgur 5 dkg bulgurból Diabetikus befőtt
Uzsonna	Teljes kiőrlésű bagett 4 dkg	Kefir, kifli ½ db	Párizsi, kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán)	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve banán)	Löncs felvágott, kenyér 4 dkg	Diab. nápolyi 4 dkg
Vacsora	Sajtos spagetti 5 dkg tésztából	Gyümölcstea , tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, tv. paprika	Natur joghurt, korpás kifli 1 ½ db	Grill csirkemell Párolt zöldség	Csipketea , húspástétom, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg	Tej 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Gyümölcstea , Zala felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató