

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2022. március 7 - 11.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, házi sajtkrémes kifli, tv.paprika	Tej, Turista szalámi, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Csipketea, hot-dog, ketchup	Kakaó, Zala felvágott, light margarin, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Tea, vajás teljes kiőrlésű kifli, uborka
Ebéd	Csurgatott tojásleves Fűszeres halszelet Vajas burgonya Befőtt	Csontleves Vadas marhatokány Csótészta	Csemege sertéssült Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Zabpelyhes párna	Karalábékrém leves Csirkemell budapest módra Párolt rizs Vitamin saláta	Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Rozsos kenyér Banán
Uzsonna	Baromfipárizsi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kenőmájas, császárszsemle, gyümölcs	Gyümölcs joghurt, kifli	Hami rúd, alma	Tej, kakaós kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2022. március 14 - 18.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	MUNKASZÜNETI NAP		Csokistej, Pápai sonka, korpás kifli, hónapos retek	Tej, májpástétomos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcstea, Csemege szalámi, margarinos zabos kenyér, uborka
Ebéd			Sertésraguleves Túrós csusza Gyümölcs	Sárgarépa krémleves levesgyönggyel Pulykarizottó Csemege uborka	Rántott leves Barackos csirkemell Burgonyapüré
Uzsonna			Paradicsomos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér	Tejfölös túrókrém, köleses zsemle gyümölcs	Kefir, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. március 21 - 26.
12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tejeskávé, kuglóf	Citromos tea, sült császár szalonna, fehér kenyér, lilahagyma	Kakaó, margarinos köleses zsemle, sárgarépa csíkok	Csipketea, tavaszi sajtos rolád, korpás kifli	Tej, sonkakrém, teljes kiőrlésű kifli	Zöldtea, húskrém, vágott zsemle, tv. paprika
Ebéd	Jókai bableves Mákos metélt Alma	Lebbencsleves Pulykapörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyleves Rántott harcsaszelet Párolt rizs Kukoricasaláta	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós kevert sütemény	Zöldségleves Brassói aprópecsenye Uborkasaláta	Mészáros-leves Tejbegríz
Uzsonna	Virslikrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Sonka, margarin, zsemle, gyümölcs	Olasz felvágott, natúr vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, főtt tojáskarikák, light margarin, vágott zsemle paradicsom	Vajas-mézes kenyér, gyümölcs	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2022. március 28 - április 1.
13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kifli, tv. paprika	Csipketea, melegszendvics	Tejeskávé, fonott kalács banán	Zöldtea, pórégymás rántotta, teljes kiőrlésű kenyér	Tej, margarin, félbarna kenyér, uborka
Ebéd	Mészáros-leves Gránátos kocka Uborkasaláta	Tarhonyaleves Rakott brokkoli (barna rizzsel) Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykaraguleves Túrós batyu	Paradicsomleves Rántott hústekercs Kukoricás rizs Bolgár saláta	Húsleves Főtt hús Gyümölcsmártás ½ adag sós burgonya
Uzsonna	Perc, alma	Tej, sárgarépas margarin, Vincellér kifli, alma	Pápai sonka, light margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Gyümölcs joghurt, puffancs	Tavaszi sajtos rolád, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

