

É T L A P

2022. március 7 - 11.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, házi sajtkrémes kifli	Tej, Turista szalámi, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kifli	Csipketea, hot-dog, ketchup	Tej, Zala felvágott, light margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Tea, vajás teljes kiőrlésű kifli
Ebéd	Csurgatott tojásleves Fűszeres halszelet Vajas burgonya Befőtt	Csontleves Vadas marhatokány Csőtészta	Csemege sertéssült Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Zabpelyhes párna	Zöldségleves Párolt csirkemell Párolt rizs Befőtt	Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Rozsos kenyér Ivólé
Uzsonna	Baromfipárizsi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Kenőmájas, császárszemle, mandarin	Gyümölcs joghurt, kifli	Hami rúd, mandarin	Tej, kakaós kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák
ROSTDÚS**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. március 14 - 18.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	MUNKASZÜNETI NAP		Tej, Pápai sonka, korpás kifli	Tej, májpástétomos teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea, Csemege szalámi, margarinos zabos kenyér
Ebéd			Sertésraguleves Túrós csusza Mandarin	Zöldségleves Pulykarizottó Befőtt	Rántott leves Barackos csirkemell Burgonyapüré
Uzsonna			Paradicsomos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér	Tejfölös túrókrém, köleses zsemle ivólé	Habos puding, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák

ROSTDÚS

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	Tej, margarinos köleses zsemle	Csipketea, sajtos rolád, korpás kifli	Tej, sonkakrém, teljes kiőrlésű kifli	Zöldtea, húskrém, vágott zsemle
Ebéd	Sertésraguleves Grízes metélt Mandarin	Lebbencsleves Pulykapörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyleves Rántott harcsaszelet Párolt rizs Befőtt	Aprósült Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós kevert sütemény	Zöldségleves Brassói aprópecsenye Befőtt	Mészáros-leves Tejbegríz
Uzsonna	Virslikrém, teljes kiőrlésű kenyér	Túró rudi, graham kifli, ivólé	Olasz felvágott, natúr vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér	Tej, főtt tojáskarikák, light margarin, vágott zsemle	Vajas-mézes kenyér, mandarin	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. március 28 - április 1.
13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kifli	Csipketea, melegszendvics	Tejeskávés, fonott kalács mandarin	Zöldtea, rántotta, teljes kiőrlésű kenyér	Tej, vajkrém, félbarna kenyér
Ebéd	Májgaluska leves Gránátos kocka	Tarhonyaleves Aprósült Brokkolifőzelékpüre Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykaraguleves Túrós batyu	Paradicsomleves Rántott hústekercs Párolt rizs Befőtt	Húsleves Főtt hús Gyümölcsmártás ½ adag sós burgonya
Uzsonna	Perec, ivólé	Tej, margarin, Vincellér kifli, mandarin	Pápai sonka, light margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Gyümölcs joghurt, puffancs	Sajtos rolád, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!