

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák

TEJMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. március 7 - 11.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, felvágottkrémes zsemle, tv.paprika	Tej, Turista szalámi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csipketea, főtt virsli, ketchup, kenyér	Kakaó, Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Tea, margarinos zsemle, főtt tojáskarikák, uborka
Ebéd	Köménymaglevés pirított kenyérkocka Fűszeres halszelet Tört burgonya Befőtt	Csontleves Vadas marhatokány Csótészta	Csemege sertéssült Zöldborsófőzelék rántva Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Zöldséglevés Csirkemell budapest módra Párolt rizs Vitamin saláta	Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Rozsos kenyér Banán
Uzsonna	Baromfipárizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kenőmájas, zsemle, gyümölcs	Sonka, margarin, zsemle, reték	Tavaszi felvágott, kenyér, alma	Tej, sonka, 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
Tízórai	MUNKASZÜNETI NAP		Tej, Pápai sonka, korpás zsemle, hónapos retek	Tej, májpástétomos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcstea, Csemege szalámi, margarinos zabos kenyér, uborka
Ebéd			Sertésraguleves Káposztás tészta Gyümölcs	Zöldségleves Pulykarizottó sajt nélkül Csemege uborka	Rántott leves Almával párolt csirkemell Tört burgonya
Uzsonna			Paradicsomos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér	Zala felvágott, margarin, köleses zsemle gyümölcs	Sonka, margarin, kenyér, paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. március 21 - 26.
12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tejeskávé, párizsi, zsemle	Citromos tea, sült császár szalonna, fehér kenyér, lilahagyma	Kakaó, margarinos köleses zsemle, sárgarépa csíkok	Csipketea, tavaszi rolád, zsemle	Tej, sonkakrém, teljes kiőrlésű kenyér	Zöldtea, húskrém, vágott zsemle, tv. paprika
Ebéd	Jókai bableves tejfel nélkül Mákos metélt Alma	Lebbencsleves Pulykapörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Meggy leves Rántott harcsaszelet Párolt rizs Csemegeuborka	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Zöldségleves Brassói aprópecsenye Uborkasaláta	Mészáros-leves Tejbegríz
Uzsonna	Virslikrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Sonka, margarin, zsemle, gyümölcs	Olasz felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, főtt tojáskarikák, margarin, vágott zsemle paradicsom	Margarinos-mézes kenyér, gyümölcs	Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. március 28 - április 1.
13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Csipketea, felvágottkrémes kenyér, uborka	Tejeskávé, baromfifelvágott, zsemle banán	Zöldtea, póréhagymás rántotta, teljes kiőrlésű kenyér	Tej, szalámi, margarin, félbarna kenyér, uborka
Ebéd	Mészáros-leves Gránátos kocka Uborkasaláta	Tarhonyaleves Rakott brokkoli (barna rizzsel) Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykaraguleves Káposztás tészta	Paradicsomleves Rántott hús Kukoricás rizs Bolgár saláta	Húsleves Főtt hús Gyümölcsmártás ½ adag sós burgonya
Uzsonna	Sonka, margarin, zsemle, alma	Tej, sárgarépás margarin, zsemle, alma	Pápai sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Zala felvágott, margarin, zsemle, uborka	Tavaszi rolád, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató