

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES

ÉTLAP

2022. április 4 - 8.
14. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, lönchús felvágott, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Csipketea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kifli	Csokis tej, vitaminos margarin, korpás zsemle, uborka	Tej, mexikói felvágott, natúr vajkrém, teljes kiőrlésű zsemle	Tea, főtt tojás, light margarin, zsúrkenyér
Ebéd	Kertész-leves Sertéspaprikás Nokedli	Rebarbarakrém leves Olaszos csirkecomb Vajas burgonya Alma	Köménymagos leves Pirított zsemlekocka Hentestokány Párolt rizs Tavaszi saláta	Petrezselymes pulykagombóc Karfiolfőzelék Diós hókifli Félbarna kenyér	Zöldséges gombaleves Lecsós csirkemáj Bulgur Fejes saláta
Uzsonna	Kakaós kifli, kivi	Sajtkrém, rozsos kenyér, zöldhagyma	Zala felvágott, joghurtos retek-saláta, teljes kiőrlésű kenyér	Ivólé, vajas szezámos rúd	Gyümölcsös túrókrém, 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!

É T L A P

2022. április 11 - 15.

15. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, pápai sonka, teljes kiőrlésű zsemle	Zöldtea, lenmagos tojáskrém, graham kifli, uborka	Tej, soproni felvágott, vajkrém, magkeverékes kenyér, paradicsom	Tejeskávé, kuglóf, banán	Nagypéntek
Ebéd	Mészáros-leves Gránátos kocka Uborkasaláta	Sertéspörkölt Kefíres tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós kevert sütemény	Tojásleves Fokhagymás csirkemellcsíkok Mexikói rizs Fejes saláta	Reszelt leves Citromos halszeletek Tört burgonya Tzatziki saláta	
Uzsonna	Perc, alma	Trappista sajt, sárgarépa csíkok, mixes zsemle	Párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kifli	Ízesített vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv paprika	

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. április 18 - 22.

16. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Gyümölcstea, kockasajt, korpás kifli, paradicsom	Vaniliás tej, kakaós kifli körte	Gyümölcstea, tojáskrémmel, teljes kiőrlésű kifli, hónapos retek	Tej, csemege szalámi, margarinos szezámmagos kenyér, tv paprika
Ebéd		Zabpelyhes húsgombóc Karábéfőzelék Burgonyás pogácsa Teljes kiőrlésű kenyér	Daragaluska leves Provance-i pulykafalatok zöldsalátával ½ adag párolt rizs	Zöldségleves Csirkepörkölt Tejfölös burgonyafőzelék Fehér kenyér	Palóclevés Vaníliás-barackos piskótakocka
Uzsonna		Szendvics sonka, margarinos zsemle, zöldhagyma	Vadászpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Túrókrém, hami rúd	Magyaros vajkrém, teljes kiőrlésű zsemle, alma

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. április 25 - 29.

17. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, sajtos sült kifli	Tej, kenőmájas, graham kifli, zöldhagyma	Tej, teavaj, teljes kiőrlésű kenyér, baromfi párizsi	Zöldtea, főtt tojás, joghurtos margarin, kukoricapelyhes kenyér	Kakaó, přitamins csirkemell sonka, köleses zsemle
Ebéd	Zellerkrém leves Mustáros sertésült Fűszeres burgonya Csemege uborka	Magyaros burgonyaleves Rakott kelkáposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Almaleves Bolognai spagetti	Rántott leves Rántott halrudak Petrezselymes rizs Tartármártás	Egri húsleves Túrós metélt
Uzsonna	Húskrém, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Búzacsirás bagett, gyümölcs	Gyümölcslekvár Vincellér kifli	Alpesi szalámi, vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Briós, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató