

É T L A P

2022. április 4 - 8.
14. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, lönchús felvágott, joghurtos margarin, kenyér	Csipketea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tej, vitaminos margarin, kenyér, uborka	Tej, mexikói felvágott, natúr vajkrém, kenyér	Tea, főtt tojás, light margarin, kenyér
Ebéd	Kertész-leves Sertéspaprikás Nokedli	Rebarbarakrém leves Olaszos csirkecomb Vajas burgonya Alma	Köménymagos leves Pirított kenyérkocka Hentestokány Párolt rizs Tavaszi saláta	Petrezselymes pulykagombóc Karfiolfőzelék Pöttyös túró rudi Kenyér	Zöldséges gombaleves Lecsós csirkemáj Párolt rizs Fejes saláta
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet, kivi	Házi sajtkrém, kenyér, zöldhagyma	Zala felvágott, joghurtos retek-saláta, kenyér	Ivólé, vajas kenyér, tv. paprika	Kefir, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. április 11 - 15.
15. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, pápai sonka, kenyér	Zöldtea, lenmagos tojáskrém, kenyér, uborka	Tej, soproni felvágott, vajkrém, kenyér, paradicsom	Tejeskávé, kenyér, banán	Nagypéntek
Ebéd	Mészáros-leves Gránátos kocka Uborkasaláta	Sertéspörkölt Kefíres tökfőzelék Kenyér Ivólé	Tojásleves Fokhagymás csirkemellcsíkok Mexikói rizs Fejes saláta	Zöldségleves Citromos halszeletek Tört burgonya Tzatziki saláta	
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet, alma	Trappista sajt, sárgarépa csíkok, kenyér	Pöttyös túró rudi, alma	Ízesített vajkrém, kenyér, tv paprika	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2022. április 18 - 22.
16. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Gyümölcstea, kockasajt, kenyér, paradicsom	Tej, vajás kenyér körte	Gyümölcstea, tojáskrémmel, kenyér, hónapos retek	Tej, csemege szalámi, margarinos kenyér, tv paprika
Ebéd		Aprósült Karábék-főzelék Ivólé Kenyér	Kukoricadaragaluska leves Provance-i pulykafalatok zöldsalátával ½ adag párolt rizs	Zöldségleves Csirkepörkölt Tejfölös burgonyafőzelék Kenyér	Palócleves Almás palacsinta
Uzsonna		Szendvics sonka, margarinos kenyér, zöldhagyma	Kefir, margarin, kenyér, uborka	Túrókrém, kenyér	Magyaros vajkrém, kenyér, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
GLUTÉNMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. április 25 - 29.

17. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, sajtos sült kenyér	Tej, kenőmájas, kenyér, zöldhagyma	Tej, teavaj, kenyér, baromfi párizsi	Zöldtea, főtt tojás, joghurtos margarin, kenyér	Kakaó, pritaminos csirkemell sonka, kenyér
Ebéd	Zellerkrém leves Mustáros sertésült Fűszeres burgonya Csemege uborka	Magyaros burgonyaleves Rakott kelkáposzta Kenyér	Almaleves Húsos tészta Csemege uborka	Rántott leves Rántott karfiol Petrezselymes rizs Tartármártás	Egri húsleves Túrós metélt
Uzsonna	Húskrém, kenyér, paradicsom	Pöttyös túró rudi, gyümölcs	Gyümölcslekvár, kenyér	Alpesi szalámi, vajkrémes kenyér, tv. paprika	Puffasztott rizsszelet, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató