

Óvodai konyhák
GLUTÉNMENTES

É T L A P

2022. július 4 - 8.
27. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, turista szalámi, natúr vajkrém, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tejeskávé, sonkakrém, Teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Limonádé, főtt virsli, ketchup, fehér magos kenyér	Tej, briós gyümölcs	Citromos tea, szezámos tojáskrém teljes kiőrlésű kenyér, póréhagyma
Ebéd	Kertész-leves Borsos tokány Tarhonya Csemege uborka	Bazsalikomos paradicsomleves Töltött csirkecomb Csőben sült zöldségek	Bakonyi betyárleves Darás metélt Gyümölcs	Húsleves Főtt hús Sóskamártás Főtt burgonya	Fejtett bableves Halszeletek diós bundában Párolt rizs Trópusi befőtt
Uzsonna	Kockasajt, kifli, gyümölcs	Házi sajtos-sonkás kifli, gyümölcs	Túró rudi, teljes kiőrlésű kifli	Pápai sonka, vitaminos margarin, rozsos zsemle, tv. paprika	Natur joghurt, hami rúd

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. július 11 - 15.

28. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, párizsikrém, burgonyás kenyér, tv. paprika	Tej, mogyorókrémes puffancs gyümölcs	Limonádé, házi halkrém, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Karamellás tej, sajtos sült kifli	Gyümölcstea, snidlinges csirkemellsonka, light margarin, barna zsemle
Ebéd	Joghurtos almaleves Brassói pulykapecsenye Fejes saláta	Stefánia szelet Sárgarépa főzelék Köleses kenyér Burgonyás pogácsa	Tejfölös karfiolleves Citromos-vajas csirkemell Rizi-bizi Paradicsomsaláta	Árpagyöngyleves Sertéspörkölt Kelkáposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykaraguleves Tejberizs
Uzsonna	Tej, petrezselymes margarinkrém, teljes kiőrlésű zsemle, retek	Zala felvágott, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Gyümölcsös túrókrém, vágott zsemle	Házi májkrém, köleses kenyér, pritamin paprika	Vajas teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. július 18 – 22.
29. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea, hot-dog	Kakaó, húskrém, köleses zsemle, tv. paprika	Tej, krémsajtos teljes kiőrlésű kenyér, rettek	Citromos tea, melegszendvics	Rostoslé, tojásos lecsó, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Rántott leves pirított kenyérkockával Csirkemell Budapest módra Petrezselymes burgonya Tejfölös uborkasaláta	Rácbab Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós csiga	Sajtkrémleves levesgyönggyel Harcsafilé párizsiasan Sárgarépas rizs Tavaszi saláta	Pulykasült Paradicsomos burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Müzli szelet	Húsgombóclevés Rakott túrós metélt Gyümölcs
Uzsonna	Margarinos teljes kiőrlésű kenyér, gyümölcssaláta	Rostos gyümölcsle, vajkrémes kifli	Szendvics sonka, vitaminos margarin, graham kifli, uborka	Kakaós kifli, gyümölcs	Sertéspárizsi, vajás zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák
GLUTÉNMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. július 25 – július 29.
30. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sertésmájkrém, Vincellér kifli, zöldhagyma	Tejeskávé, briós gyümölcs	Csipketea, főtt tojáskarikák, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej, natúr vajkrém, korpás kifli, uborka	Zöldtea, Soproni felvágott, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, pírtamin paprika
Ebéd	Tejfölös tojásleves Majorannás csirkecomb Forgatott burgonya Bajor saláta	Hamis gulyásleves Sült krinolin Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Őszibarackleves Bácskai tarhonyáshús Kovászos uborka	Ivolé Rakott kelkáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs	Rostos gyümölcsle Tavaszi töltött pulykamell Petrezselymes rizs Paradicsomsaláta
Uzsonna	Turista felvágott, light margarin, zsemle, tv. paprika	Sárgarépas házi sajtkrém, teljes kiőrlésű zsemle	Túró rudi, kifli	Vitaminos margarin, vágott zsemle, uborka	Halpástétom, graham kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató