

É T L A P

2022. augusztus 1 - 5.
31. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, Ausztria szalámi zsemle	Karamellás tej, hot-dog	Gyümölcs tea, májkrémes teljes kiőrlésű kenyér	Tej, baromfi párizsi margarinos korpás zsemle	Zöldtea, bundás kenyér /teljes kiőrlésű kenyér/
Ebéd	Pulykasült Tejfölös tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Sertésraguleves Túrós derelye Gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Brokkolikrémleves Levesgyöngy Tonhalvagdalt Burgonyapüré Trópusi befőtt	Zöldségleves Sertéspaprikás Galuska	Tejfölös burgonyaleves Csirkemájpörkölt Párolt rizs Befőtt
Uzsonna	Joghurtos margarin, fonott kalács, gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Krémsajtos teljes kiőrlésű zsemle	Joghurt, kakaós kifli	Gyümölcssaláta, teljes kiőrlésű kifli	Pöttyös túró rudi, gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2022. augusztus 8 - 12.
32. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, melegszendvics /teljes kiőrlésű kenyérből/	Csipketea, házi citromos halkrém, kenyér	Kakaó, Zala felvágott, vajkrémes graham kifli	Gyümölcstea, főtt tojáskarikák, margarinos rozsos kenyér	Tej, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle
Ebéd	Köménymagos leves Pirított zsemlekocka Sült csirkecomb Párolt rizs Befőtt	Húsleves Főtt hús Parajmártás ½ adag sós burgonya	Zöldségleves Bácskai tarhonyáshús Befőtt	Reszelt leves Bolognai spagetti	Sertésraguleves Ízes bukta
Uzsonna	Mézes zsúrkenyér, gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Light margarin, teljes kiőrlésű kenyér	Kefir, kifli	Ízesített vajkrém, burgonyás kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2022. augusztus 15 - 19.
33. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, vajás molnárka	Gyümölcstea, pizza	Tej, házi csirkemájkrém, teljes kiőrlésű kifli	Csipketea, májusi felvágott, zsemle	Karamellás tej, sajtos sült kifli
Ebéd	Sertésraguleves Mákos öntött kifli Gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Zöldségleves Sült kolbászkarikák Tefölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Sült hal Párolt rizs Befőtt	Stefánia vagdalt Burgonypüré Befőtt	Árpagyöngyleves Sertéspörkölt Brokkolifőzelékpüre Teljes kiőrlésű kenyér
Uzsonna	Löncsfelvágott, vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér	Körözött, szőlőmagos kenyér	Margarinkrém, mixes zsemle, alma	Tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér	Házi májkrém, köleses kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

ROSTDÚS

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. augusztus 22 - 26.

34. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, sertéspárizsi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Tej, kakaós kalács gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Zöldtea, csirkemell sonka, margarin, zsúrkenyér	Limonádé, Olasz felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kifli	Tej, házi sajtkrém, molnárka
Ebéd	Alföldi gulyásleves Grízes metélt Gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Csontleves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Befőtt	Tojásleves Aprósült Párolt rizs Befőtt	Sárgarépa krémleves Levesgyöngy Natúr csirkemáj Burgonyapüré Befőtt	Főtt hús Főtt burgonya Paradicsommártás Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé
Uzsonna	Kalciumos kockasajt, kifli	Szendvics sonka, ízesített vajkrém, graham kifli	Gyümölcs joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Mazsolás túrókrém, zsemle, gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Baromfipástétom barna zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. augusztus 29 - szeptember 2.
35. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, vajás molnárka	Csokoládés tej, kuglóf gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Gyümölcs tea, főtt krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, tojáskrémmel, teljes kiőrlésű zsemle	Citromos tea, sajtos sült kifli
Ebéd	Burgonyakrémleves Fűszeres csirkemell Párolt bulgur Befőtt	Sertéstokány Burgonyafőzelék Kenyer Zabpelyhes párna	Meggyesleves Burgonyával rakott csirkemáj Befőtt	Daragaluska leves Csemege sertéssült Tejfölös tökfőzelék Kenyer	Pulykaraguleves Mákos metélt Gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)
Uzsonna	Turista felvágott, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, gyümölcs (ne aprómagvas legyen!)	Kapros túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle	Tej, kakaós kifli	Baromfipárizsi, vitaminos margarin, kifli	Gyümölcs joghurt, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!