

É T L A P

2022. augusztus 1 - 5.
31. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, Ausztria szalámi magvas zsemle, uborka	Karamellás tej, hot-dog	Gyümölcs tea, májkrémes teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Tej, baromfi párizsi, margarinos korpás zsemle	Zöldtea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Pulykasült Tejfölös tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Sertésraguleves Túrós derelye Gyümölcs	Brokkolikrémleves pirított kenyérkocka Sült hal Burgonyapüré Trópusi befőtt	Zöldségleves Sertéspaprikás Szarvacska tészta	Tejfölös burgonyaleves Csirkemájpörkölt Kukoricás rizs Káposztasaláta
Uzsonna	Joghurtos margarin, zsemle, gyümölcs	Krémsajtos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Joghurt, kakaós kifli	Gyümölcssaláta, teljes kiőrlésű kifli	Müzliszelet, gyümölcs

Az ételváltoztatás 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, magkeverékes kenyér	Kakaó, Zala felvágott, vajkrémes graham kifli, uborka	Gyümölcstea, sonka, margarinos rozsos kenyér, vegyes zöldség	Tej, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, přitamin paprika
Ebéd	Köménymagos leves Pirított zsemlekocka Sült csirkecomb Zöldséges rizs Befőtt	Húsleves Főtt hús Parajmártás ½ adag sós burgonya	Tejfölös karalábéleves Bácskai rizseshús Kovászos uborka	Zöldségleves Aprósült Brokkolifőzelék	Palócleves Grízés metélt ízzel
Uzsonna	Mézes zsúrkenyér, gyümölcs	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli, sárgarépa csíkok	Light margarin, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Kefír, kifli	Ízesített vajkrém, burgonyás kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. augusztus 15 - 19.

33. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, vajás molnárka	Gyümölcstea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tej, házi csirkemájkrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Csipketea, májusi felvágott, zsemle, paradicsom	Karamellás tej, sajtos sült kifli
Ebéd	Frankfurti leves Mákos öntött kifli Gyümölcs	Zöldborsóleves Sült kolbászkarikák Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsomleves Sült hal Rizi-bizi Káposzta saláta	Aprósült Burgonypüré Csemege uborka	Árpagyöngyleves Sertéspörkölt Brokkolifőzelék Teljes kiőrlésű kenyér
Uzsonna	Löncsfelvágott, vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér	Körözött, szőlőmagos kenyér, tv. paprika	Szezámagos margarinkrém, mixes zsemle, alma	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Házi májkrém, köleses kenyér, přitamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TOJÁSMENTES

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, tv. paprika	Tej, zsemle, gyümölcs	Zöldtea, főtt virsli, mustár, zsúrkenyér	Limonádé, Olasz felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kifli	Tej, házi sajtkrém, molnárka, pritamin paprika
Ebéd	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Káposztás kocka Gyümölcs	Csontleves Rakott karfiol Teljes kiőrlésű kenyér	Köménymagleves Hentes tokány Párolt rizs	Sárgarépa krémleves pirított kenyérkocka Lecsós csirkemáj Burgonyapüré Vitaminsaláta	Főtt hús Paradicsommártás ½ adag főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér Müzli szelet
Uzsonna	Kalciumos kockasajt, kifli	Szendvics sonka, ízesített vajkrém, graham kifli, vajretek	Gyümölcs joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Mazsolás túrókrém, zsemle, gyümölcs	Baromfipástétom, barna zsemle, póréhagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2022. augusztus 29 - szeptember 2.
35. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, vajas molnárka, pritamin paprika	Csokoládés tej, zsemle gyümölcs	Gyümölcstea, főtt krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Citromos tea, sajtos sült kifli
Ebéd	Burgonyakrémleves pirított kenyérkocka Fűszeres csirkemell Zöldséges bulgur	Sertéstokány Kelkáposzta főzelék Szezámragos kenyér Ivólé	Meggye leves Burgonyával rakott csirkemáj Kovássos uborka	Zöldségleves Csemege sertéssült Tejfőles zöldbabfőzelék Magkeverékes kenyér	Tárkonyos karfiolleves pulykahússal Mákos metélt Gyümölcs
Uzsonna	Turista felvágott, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, gyümölcs	Zöldhagymás túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle	Tej, kakaós kifli	Baromfipárizsi, vitaminos margarin, kifli, paradicsom	Gabonás joghurt, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!