

# ÉTLAP

2022. szeptember 5 - 9.  
36. hét

|                | Hétfő                                                                 | Kedd                                                            | Szerda                                                                    | Csütörtök                                                                          | Péntek                                                                         |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Citromos tea,<br>melegszendvics<br>(teljes kiőrlésű kenyér)<br>uborka | Kakaó,<br>házi pulykahúskrém<br>félbarna kenyér,<br>tv. paprika | Gyümölcstea,<br>túrókrém ,<br>teljes kiőrlésű kifli,<br>reszelt sárgarépa | Tej,<br>kalciumos kockasajt,<br>kifli,<br>tv. paprika                              | Gyümölcstea,<br>omlett,<br>kukoricapelyhes kenyér,<br>paradicsom               |
| <b>Tízórai</b> | Almakompót                                                            | Körte                                                           | Gyümölcslé                                                                | Nektarin                                                                           | Alma                                                                           |
| <b>Ebéd</b>    | Húsleves<br>Főtt sertéshús<br>Meggymártás<br>Burgonyapüré             | Vajas csirkemell<br>Paradicsomos<br>Káposztafőzelék             | Fűszeres halszeletek<br>Zöldséges rizs<br>Vitamin saláta                  | Májgaluskaleves<br>Almás linzer                                                    | Pulykatokány<br>Csőben sült brokkoli                                           |
| <b>Uzsonna</b> | Forralt tej,<br>vajkrém kuglóf                                        | Csipketea,<br>sajtkrém<br>mixes zsemle,<br>póréhagyma           | Tej,<br>zabpelyhes párna                                                  | Citromos tea,<br>majonéz<br>brokkolikrém,<br>burgonyás kenyér,<br>pritamin paprika | Tej,<br>Zala felvágott,<br>Ligt margarinos<br>teljes kiőrlésű kenyér<br>uborka |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2022. szeptember 12 - 16.  
37. hét

|                | Hétfő                                                              | Kedd                                                                           | Szerda                                                             | Csütörtök                                                                     | Péntek                                                              |
|----------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Gyümölcstea,<br>sonkakrém<br>teljes kiőrlésű kenyér,<br>paradicsom | Tej,<br>vitaminos margarin<br>molnárka,<br>vegyes zöldség                      | Gyümölcstea,<br>főtt virsli,<br>majonéz,<br>teljes kiőrlésű kenyér | Tejeskávé,<br>szendvics sonka,<br>margarinos<br>rozsos kenyér,<br>tv. paprika | Citromos tea,<br>bundás kenyér<br>(fehér kenyér,<br>tepsiben sült ) |
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcslé                                                         | Banán                                                                          | Körte                                                              | Limonádé                                                                      | Sárgarépa csíkok                                                    |
| <b>Ebéd</b>    | Majorannás sült<br>csirkemáj<br>Répás kuszkus<br>Paradicsomsaláta  | Tojáspörkölt<br>Finomfőzelék                                                   | Tárkonyos pulykaleves<br>Kukoricadarás<br>túrógombóc               | Virslis<br>kelkáposztafőzelék<br>Fehér kenyér                                 | Házi rizseshús<br>Kefíres reszelt<br>uborkasaláta                   |
| <b>Uzsonna</b> | Tej,<br>citromos piskóta                                           | Csipketea,<br>baromfipárizsi,<br>joghurtos margarin<br>fehér kenyér,<br>uborka | Forralt tej,<br>sárgarépakrém<br>zsúrkenyér,<br>paradicsom         | Zabpelyhes natúr<br>joghurt<br>gyümölcsdarabokkal,<br>kifli                   | Tej,<br>házi paradicsomos<br>halkrém,<br>teljes kiőrlésű kifli      |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Napsugár Bölcsőde konyhája**

# ÉTLAP

**2022. szeptember 19 - 23.**

**38. hét**

|                | <b>Hétfő</b>                                                    | <b>Kedd</b>                                               | <b>Szerda</b>                                                      | <b>Csütörtök</b>                                                   | <b>Péntek</b>                                                                            |
|----------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Tej,<br>tojásrántotta,<br>teljes kiőrlésű kenyér,<br>lilahagyma | Csokoládés tej,<br>párizsikrém,<br>kukoricapelyhes kenyér | Csipketea,<br>csirkemell sonka,<br>vajkrém zsúrkenyér,<br>vajretek | Tej,<br>sajtos sült kifli,<br>paradicsom                           | Gyümölcstea,<br>főtt tojás,<br>margarinos teljes<br>kiőrlésű kenyér,<br>savanyú káposzta |
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcstea                                                     | Őszibarack                                                | Limonádé                                                           | Körte                                                              | Limonádé                                                                                 |
| <b>Ebéd</b>    | Spenótos-halas spagetti<br>Alma                                 | Tepsis pulykavagdalt<br>Karfiolfőzelék                    | Kelkáposztaleves<br>virslivel<br>Túrós palacsinta                  | Májás-zöldséges felfújt<br>Tejfölös tökfőzelék<br>Burgonyás kenyér | Rakott kelbimbó<br>Körtecompót                                                           |
| <b>Uzsonna</b> | Citromos tea,<br>Kocka sajt<br>Vincellér kifli,<br>uborka       | Gyümölcstea,<br>házi májkrém<br>zsemle,<br>paradicsom     | Kefir,<br>vajás teljes kiőrlésű kifli<br>póréhagyma                | Gyümölcstea,<br>padlizsánkrém,<br>zsemle,<br>uborka                | Citromos tea,<br>ananászos túrókrém,<br>korpás zsemle                                    |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Szabó Mária, Ferencz-Molnár Judit

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

# É T L A P

2022. szeptember 26 - 30.  
39. hét

|         | Hétfő                                                                                    | Kedd                                                    | Szerda                                                     | Csütörtök                                               | Péntek                                                                     |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Reggeli | Citromos tea,<br>szendvics sonka,<br>margarinos teljes<br>kiörlésű kenyér,<br>paradicsom | Kakaó,<br>sajtkrém nagy kifli,<br>jégcsapretek          | Gyümölcstea,<br>sült krinolin,<br>ketchup,<br>fehér kenyér | Tej,<br>tojáskrémmel,<br>félbarna kenyér,<br>paradicsom | Citromos tea,<br>csirkemellsonka,<br>teljes kiörlésű kifli,<br>tv. paprika |
| Tízórai | Csipketea<br>Háztartási keksz                                                            | Narancslé                                               | Citromos tea<br>Alma                                       | Banánturmix                                             | Nektarin                                                                   |
| Ebéd    | Töltött paprika<br>Főtt burgonya<br>Alma                                                 | Lecsós csirkemáj<br>Miskolci rakottas                   | Gulyásleves<br>Tejbegríz                                   | Sült csirkecomb<br>Zöldborsófőzelék                     | Mészáros-leves<br>Gyümölcsös rizsfelfűjt                                   |
| Uzsonna | Tej,<br>vajás<br>kakaós kalács                                                           | Csipketea,<br>halkrém<br>félbarna kenyér,<br>lilahagyma | Tej,<br>vajkrém<br>teljes kiörlésű kifli,<br>uborka        | Citromos tea,<br>vaniliás túrókrém,<br>korpás kifli     | Forralt tej,<br>májpástétom,<br>császár zsemle,<br>pírtamin paprika        |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!