

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2022. szeptember 5 - 9.
36. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, sonkakrém, zsemle, tv.paprika	Kakaó, vajkrémes Vincellér kifli gyümölcs	Zöldtea, Olasz felvágott, vitaminos margarin, fehér kenyér, vajretek	Tejeskávé, fonott kalács	Gyümölcstea, tojásos lecsó, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Szezámós rúd	Tejfölös zöldbableves Rántott halrudak Burgonyapüré Bajor saláta	Szárnyas raguleves Túrós metélt	Gombakrémleves Töltött csirkecomb Petrezselymes rizs Céklasaláta	Marhahúsleves Főtt marhaszelet Parajmártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Tej, kakaós kifli	Májpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Füstölt párizsi, light margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Vajas kifli, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES

É T L A P

2022. szeptember 12 - 16.

37. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, pulykasonkás szelet, vajkrémes zsemle, uborka	Tej, kakaós kifli gyümölcs	Zöldtea, főtt tojás, light margarin, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Kakaó, vajas teljes kiőrlésű kifli, kaliforniai paprika	Citromos tea, csirkemellsonka, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, reték
Ebéd	Galuskaleves Erdélyi rakott káposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Rántott leves pirított kenyérkockával Tejszínes pulykacomb Zöldséges orsótészta	Francia hagymaleves Sült cukkinis csirkecomb Petrezselymes rizs Paradicsom saláta	Húsleves Főtt sertéshús Gyümölcsmártás ½ adag sós burgonya	Sertésraguleves Túrógombóc
Uzsonna	Gyümölcs, búzacsírás bagett	Kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Halkrémes fehér kenyér	Sajtos párizsi, köleses kenyér, uborka	Sajtos rúd, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. szeptember 19 - 23.

38. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér	Tej, olasz felvágott, vajás barna zsemle, paradicsom	Tejeskávé, házi csirkemájkrém, zsemle, vegyes zöldség	Citromos tea, melegszendvics	Tej, vajás fonott kalács
Ebéd	Májgaluskaleves Sonkás kocka Kovászos uborka	Karalábefőzelék Húsgombóc Kenyer Pogácsa	Sárgaborsó krémleves Zöldfűszeres halfilé Párolt rizs	Zöldségleves Pulyka aprópecsenye Joghurtos burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Mészáros-leves Tejbegríz
Uzsonna	Ivólé, gyümölcs	Mazsolás krémtúró, teljes kiőrlésű kifli	Margarinos teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs	Gyümölcs, puffasztott rizsszelet	Pulykahúskrém, szezámmagos kenyér, lilahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2022. szeptember 26 -30.

39. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, briós gyümölcs	Tejeskávé, csemegeeszalámi, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, vajretek	Zöldtea, sajtkrémes császár zsemle, kaliforniai paprika	Tej, sült császárszalonna, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Tea, ízesített vajkrém, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika
Ebéd	Tarhonyaleves Sertéspörkölt Kefires tökfőzelék Rozsos kenyér	Tojásleves Vadas marhatokány Csótészta Gyümölcs	Szilvaleves Csirkemájás rizottó Uborkasaláta	Csontleves Fűszeres csirkemellfalatok Csőben sült karfiol	Bográcsgulyás Diós kevert sütemény
Uzsonna	Párizsi pástétom, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Kefir, korpás kifli	Májusi csemege, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kifli	Vajas-mézes nagy kifli, alma	Halpástétom, kukoricás kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató