

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. október 3 - 7.

40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé, vitaminos margarinkrém, kenyér	Kakaó, baromfi párizsi, margarinos kenyér, paradicsom	Tea, melegszendvics (gm. kenyérből)	Tej, főtt tojás karikák, vajás kenyér	Zöldtea, soproni felvágott, kenyér, uborka
Ebéd	Zellerkrémleves Pulykatokány Bp. módra Párolt rizs Savanyúság	Zöldségleves Rakott karfiol	Rizsleves Temesvári sertés szelet Orsó tészta	Zöldborsóleves Pusztapörkölt Kovászos uborka	Zöldséges gombaleves Aprósült Paradicsomos káposztafőzelék
Uzsonna	Sajtkrém, kenyér, uborka	Kockasajt, kenyér	Löncskrém kenyér, tv. paprika	Vajkrém kenyér, reték	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. október 10 - 15.

41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tea, sült kolbász, mustár, kenyér	Tejeskávé, sonka, vajás kenyér	Tea, szardíniakrémes kenyér, uborka	Kakaó, vajás-mézes kenyér	Tea, bundás kenyér (gm. kenyérből)	Tej, lekváros kenyér
Ebéd	Tejfeles karfiolleves Avasaljai aprópecsenye Párolt rizs	Sertésraguleves Káposztás tészta	Marhaerőleves Ráchal Csemege uborka	Zöldségleves Pulykatokány Gombás rizs	Tavaszi leves Sertéspörkölt Tökfőzelék Gyümölcs	BrokkolikréMLEVES Lecsós virsli Párolt rizs
Uzsonna	Párizsi, vajás kenyér, uborka	Kenőmájas, kenyér, paradicsom	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Csirkemell sonka, kenyér, reték	Túró rudi, gyümölcs	Olasz felvágott, kenyér, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2022. október 17 - 21.

42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sajtos-sült kenyér	Tej, sonka, vajás kenyér	Limonádé, főtt tojás karikák, vajkrémes kenyér, lilahagyma	Kakaó, marhahúsos párizsi, kenyér, paradicsom	Tea, sonka, margarin, kenyér, paradicsom
Ebéd	Csontleves Aprósült Kelkáposzta főzelék	Paradicsomleves Házi rizseshús Uborkasaláta	Tojásleves Párizsi csirkemell Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Tavaszeleves Húsos tészta Csemege uborka	Zöldséges karfiolleves Csemege sertéssült Zöldborsófőzelék
Uzsonna	Csészés margarinkrém, kenyér, paradicsom	Turista felvágott, margarinos kenyér, tv. paprika	Körözött, kenyér, uborka	Tojáskrém kenyér, reték	Mini jam. kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. október 24 - 28.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Ivólé, sonka, margarinos kenyér, paradicsom	Tejeskávé, kockasajt, kenyér	Tea, főtt tojás karikák, vajkés kenyér, tv. paprika	Kakaó, baromfi párizsi, kenyér, uborka	Tea, vitaminos margarinkrém, kenyér, paradicsom
Ebéd	Szárnyasraguleves Káposztás kocka	Gombakrémleves Cigánypecsenye Tört burgonya	Kertészleves Sült kolbász Lencsefőzelék	Mészárosleves Túrós tészta	Kukoricadaragaluska- leves Párolt csirkemell ½ adag párolt rizs ½ adag párolt zöldség
Uzsonna	Lilahagymás túrókrém, kenyér	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Szardíniakrém kenyér	Sajtkrém kenyér, rettek	Zöldfűszeres kockasajt, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató