

É T L A P

2022. október 3 - 7.
40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Rizsital, kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Csipketea, sonka, margarin, kenyér, paradicsom	Tea, húskrém, teljes kiőrlésű kenyér	Rizsital, főtt tojás karikák, margarinos zsemle	Tea, májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle
Ebéd	Zöldségleves szívárvány galuskával Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Stefánia vagdalt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Köménymag leves Pirított kenyérkocka Csirkemell Budapest módra Párolt rizs Gyümölcs	Sült kolbász Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Hajdúsági pulykaleves Kuszkuszos metélt eperlekvárral
Uzsonna	Szezámagos margarin, párizsi, rozsos kenyér	Müzliszelet, gyümölcs	Zala felvágott, margarin, köleses zsemle, uborka	Felvágottkrémes zsemle, uborka	Citromos halkrém, kukoricás kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P**2022. október 10 - 15.****41. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Zöld tea, csirkemellsonka, margarinos korpás kenyér, tv paprika	Rizsital, baromfi felvágott, margarinos zsemle gyümölcs	Gyümölcsstea, bundás kenyér	Tea, Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika	Tea, tojásos szendvics, paradicsom	Gyümölcsstea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle
Ebéd	Gyümölcsleves Párolt szelet Tört burgonya Csemegeuborka	Lucskos káposzta Sertéspörkölt Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Paradicsomleves Húsos tészta Csemege uborka Gyümölcs	Karalábé krémleves Fűszeres pulykamellcsíkok Rizi-bizi	Galuskaleves Majorannás csirkecomb ½ adag párolt zöldség, ½ adag bulgur	Reszelt leves Bácskai tarhonyáshús Csemege uborka
Uzsonna	Párizsi, margarin, kenyér, uborka	Májusi felvágott, margarin, zsemle, uborka	Kolbász, teljes kiőrlésű zsemle, lila hagyma	Mézes kenyér, alma	Petrezselymes margarinkrém, teljes kiőrlésű kenyér	Főtt tojás, margarin, kenyér, póréahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. október 17 - 21.

42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Tea, baromfi párizsi, margarin, teljeskiőrlésű zsemle	Zöldtea, főtt virsli, mustár, kenyér	Rizsital, zala felvágott, margarinos zsemle	Tea, margarin, májusi felvágott, zsemle
Ebéd	Almaleves Pirított csirkemáj Főtt burgonya Csemege uborka	Csontleves Natúrszelet Párolt rizs Káposztasaláta	Szemesbabfőzelék Sertéspörkölt Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Egri húsleves Káposztás tészta Alma	Zöldséges karfiolleves Sült csirkemell Párolt rizs Uborkasaláta
Uzsonna	Margarin, jam, kenyér	Felvágottkrém, burgonyás kenyér, paradicsom	Sonka, margarin, kenyér, paradicsom	Húskrém, teljes kiőrlésű zsemle	Kenőmájas, zsemle, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. október 24 - október 28.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, hamburgerkrémes melegszendvics, tv paprika	Gyümölcstea, tojásrántotta, burgonyás kenyér	Zöldtea, löncs felvágott, teljes kiőrlésű kenyér gyümölcs	Rizsital, párizsi, ízesített margarin, zsemle, paradicsom	Tea, teljes kiőrlésű zsemle, húskrém, lilahagyma
Ebéd	Tepsiben sült fasírtgolyók Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Zöldségleves Natúr halfilé Forgatott burgonya Csemege uborka	Gulyásleves Tejberizs	Paprikás burgonya virslivel Teljes kiőrlésű kenyér Meggyes piskóta	Zöldségleves Almával párolt csirkemell bulgurral
Uzsonna	Felvágottkrémes teljes kiőrlésű kenyér, gyümölcs	Csemege szalámi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kenőmájas, kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcs, müzliszelet	Sonka, margarin, zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák

TEJMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2022. október 31 – november 4.

44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	ZÁRVA		Tea, csirkemellsonka, margarin, félbarna kenyér, vajretek	Citromos tea, tükörtojás, fehér kenyér	Tea, húskrém, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom
Ebéd			Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Körteleves Sült csirkemáj Petrezselymes rizs Céklasaláta	Babgulyás Tejberizs Kukoricapelyhes kenyér
Uzsonna			Margarinos zsemle, sütőtök	Tej, baromfi párizsi, margarinos zsemle, tv.paprika	Szardíniakrém, kenyér, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató