

ÉTLAP

2022. november 7 – 13.

45. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé . 2 dl, mini vaj, zsemle 1 db	Csipketea ., kemencés lángos 7 dkg-nyi	Zöldtea ., tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, kaliforniai paprika	Csipketea , főtt krinolin, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Zöldtea ., szendvics sonka, mini ráma, burgonyás kenyér 7 dkg, uborka	Tej 2 dl, sertés párizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, kaliforniai paprika
Tízórai	Alma 20 dkg	Kockasajt, kifli 1 db	Mandarin 20 dkg	Mini rama kifli 1 db	Diab. nápolyi 4 dkg	Narancs 20 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl
Ebéd	Grízgaluskaleves Sült virsli Sárgaborsó főzelék	Zöldségleves kurucosan Sertés pecsenye Párolt lilakáposzta ½ adag sós burgonya	Tejfölös karalábéleves Tarhonyáshús 5 dkg tarhonyából Csemege uborka	Mészáros- leves Túrós tészta 5 dkg tésztából	Reszelttésztalesves Pulykapecsenye Tejfölös burgonyafőzelék	Csirkeragúleves Sült csirkecomb Tört burgonya Diabetikus befőtt	Húserőleves Csirkemell Bp. módra Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Diabetikus befőtt
Uzsonna	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Sajtkrém, zsemle ½ db	Húskonzerv kenyér 4 dkg	Tej 2 dl, korpás kifli ½ db	Kockasajt, zsemle ½ db	Sütőtök 15 dkg
Vacsora	Rizseshús 5 dkg rizsből, csemege uborka	Gyümölcstea kefir, margarin, kifli 1 ½ db	Kakaó diab. 2 dl, mini ráma, kifli 1 ½ db	Rántott parizer burgonyapüré 15 dkg cékla saláta diab.	Citromos tea , marha párizsi, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg, hónapos retek	Tej 2 dl, sonkakerém, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db, uborka	Gyümölcstea , sajtkrémes fehér kenyér 10 dkg, zöldhagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2022. november 14 – 20.

46. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tej 2 dl, mini ráma, trappista sajt, teljes kiőrlésű zsemle 1 db	Csipketea., sült császárszalonna, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcstea., főtt krinolin mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó .2 dl, sajtos párizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű, kenyér 5 dkg, uborka	Zöldtea ., körözött, félbarna kenyér 7 dkg, póréhagyma	Tejeskávés 2 dl, sajtos sült kifli 1 db uborka
Tízórai	Mandarin 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Margarin, kifli 1 db	Kocka sajt, fehér kenyér 4 dkg	Narancs 20 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg
Ebéd	Zöldségleves Sertéspaprikás Orsó tészta 5 dkg tésztaból	Kertész-leves Székelykáposzta Kenyér 3 dkg	Almaleves Serpényös burgonya kolbásszal 20 dkg burgonyából Csemege uborka	Babgulyás Sajtos pogácsa 1 db kisebb 4 dkg- nyi	Tarhonyaleves Aprósült Tejfölös tökfőzelék	Rizsleves Zöldséges pulykaragu Bulgur 5 dkg bulgurból Diabetikus befőtt	Májgaluskaleves Csirkemell párizsiasan Kukoricás rizs 4 dkg rizsből Uborkasaláta diab.
Uzsonna	Kenőmájas, zsemle ½ db	Alma 20 dkg	Alma 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Kockasajt, kifli 1 db	Diab. nápolyi 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl
Vacsora	Rántott sajt, Rizi-bizi 4 dkg rizsből	Tej 2 dl, marha párizsi, margarinos mixés zsemle 1 db, téli retek	Tej 2 dl, mini jam, mini ráma, teljes kiőrlésű kifli 1 db	Sült csirkecomb Burgonyapüré 20 dkg, Alma kompót diab.	Csipketea diab., házi halkrém, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Kakaó 2 dl, mini ráma, búzacsírás bagett 7 dkg	Gyümölcstea tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, jégcsanretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2022. november 21 – 27.

47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Kakaó . 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, paradicsom	Zöldtea , gomolya sajt, fehér kenyér 7 dkg, lilahagyma	Tej 2 dl, margarinos zsemle 1 db	Gyümölcsstea., párizsi, margarin, fehér kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, vajás zsemle 1 db	Citromos tea , mini ráma, főtt tojás, vágott zsemle 1 db, paradicsom	Tej 2 dl, májusi csemege felvágott, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg
Tízórai	Ivólé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Alma 20 dkg	Molnárka ½ db	Narancs 20 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Mandarin 20 dkg
Ebéd	Galuskaleves Rácbabpaprikás	Suhintott leves Vajon párolt csirkemell Majonézes tésztasaláta 5 dkg tésztából	Fancia hagymaleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből Céklasaláta diab.	Gombakrémleves Kolbászos rakott burgonya 20 dkg burgonyából Csemege uborka	Árpagyöngyleves Rakott karfiol	Töltike leves Fokhagymás sertés sült Kelkáposzta főzelék	Daragaluskaleves Csirkepaprikás Nokedli ½ adag
Uzsonna	Sajtos rúd 4 dkg- nyi	Búzacsírás bagett 4 dkg-nyi	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Nápolyi diab. 4 dkg	Kockasajt , kifli 1 db	Sütemény 15 dkg
Vacsora	Grill csirkecomb Burgonyapüré 20 dkg Vegyes vágott savanyúság	Tej 2 dl, diák csemege, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, vajretek	Citromos tea margarinos fehér kenyér 10 dkg, sonka, vegyes zöldség	Nudli 10 dkg (diab. lekvárral)	Csipketea , zsíros teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Zöldtea, kefir, margarin, teljes kiőrlésű zsemle 1 db	Gyümölcsstea , májkrémes teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, jégcsap retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. november 28. - december 4.

48. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tej 2 dl, mini ráma, nagy kifli 5 dkg- nyi, tv. paprika	Csipketea ., bundás kenyér 7 dkg kenyérből	Gyümölcstea sült császárszalonna, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Tej 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, magkeverékes kenyér 5 dkg, kaliforniai paprika	Zöldtea , körözött, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, lilahagyma	Kakaó 2 dl, mini vaj, félbarna kenyér 5 dkg, paradicsom	Gyümölcstea , sajtos sült kifli 1 ½ db, mustár
Tízórai	Narancs 20 dkg	Májkrémes kenyér 4 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Narancs 20 dkg	Kefir, kifli ½ db	Mandarin 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2dl
Ebéd	Sertésraguleves Káposztás tészta . 5 dkg tésztából	Grízgaluskaleves Sült kolbász Lencsefőzelék	Zöldségleves Rizseshús Diabetikus befőtt	Reszelttészta leves Paradicsommártás Húsgombóc ½ adag főtt burgonya	Tojás leves Nyitrai sertés szelet Rizi-bizi 4 dkg rizsből Céklasaláta diab.	Tárkonyos pulykaleves Túrógombóc diab. eritrittel	Húsleves Főtt sertéshús Sós burgonya Sóskamártás .
Uzsonna	Sajtos kifli 1 db	Alma 20 dkg	Vajas zsemle ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Mandarin 20 dkg	Mini rama, Vincellér kifli 1 db	Alma 20 dkg
Vacsora	Zúzapörkölt Burgonyapüre 20 dkg burgonyából	Zöldtea Zala felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, fűszeres pulykamájjas, fehér kenyér 7 dkg, jégcsapretek	Sült hurka fehér kenyér 7 dkg, csemege uborka	Kefir , mini ráma, búzacsíras bagett 7 dkg-nyi	Gyümölcstea diab., Olasz felvágott margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg.	Tejeskávé . 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!