

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P



2022. december 5 - 9.
49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Kakaó lm., tavaszi felvágott, margarin, Vincellér kifli, pritamin paprika	Csipketea, párizsikrémes lm., mixes zsemle, paradicsom	Tej lm., tojás rántotta lm., teljes kiőrlésű kenyér, savanyú káposzta	Citromos tea, sonka, margarin, kenyér, fekete retek	Tej lm., Zala felvágott, margarinos hami rúd
Tízórai	gyümölcslé	banán	alma	Gyümölcssaláta	mandarin
Ebéd	Fűszeres pulykamell Tört burgonya Vitamin saláta	Gulyásleves Káposztás tészta	Rakott kelkáposzta lm.	Tepsis harcsafasírt Petrezselymes rizs Trópusi befőtt	Sült csirkecomb Tökfőzelék lm. Fehér kenyér
Uzsonna	Gyümölcstea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, reszelt sárgarépa	Tej lm., zala felvágott, margarin, korpás kifli, uborka	Csipketea, halkrémes lm. burgonyás kenyér, jégcsapretek	Tej lm., mézes foszlós kalács	Gyümölcstea, főtt tojás, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2022. december 12 - 16.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, főtt tojás, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Forralt tej lm., baromfi párizsi, margarinos burgonyás kenyér, uborka	Citromos tea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé lm., margarin, rozsos kenyér, lilahagymás savanyú káposzta	Citromos tea, Olasz felvágott, ízesített margarinkrém, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom
Tízórai	Mandarin	Gyümölcsle	Gyümölcs saláta	Narancs	Banán
Ebéd	Aprósült Zöldborsófőzelék lm.	Sült csirkecomb Burgonyapüré lm. Sült mézes alma	Sütőtökrémleves lm. Húsos tészta Csemege uborka	Majorannás pulykasült Sárgarépas rizs	Stefánia vagdalt Burgonyafőzelék lm.
Uzsonna	Tej lm., burgonyás pogácsa	Csipketea, halkrémes lm., korpás kifli, fekete retek	Tej lm., csirkemellsonka, margarinos burgonyás kenyér uborka	Gyümölcstea, Zala felvágott, margarin, zsemle	Tej lm., baromfi májas vágott zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2022. december 19 – 23.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, tojásrántotta lm., teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej lm., felvágottkrém lm. burgonyás kenyér	Tej lm., Pápai sonka, fehér kenyér, margarin, pritamin paprika	Citromos tea, bundáskenyér lm., lilahagyma	Tej lm., margarin, méz, teljes kiőrlésű kenyér
Tízórai	Alma	Narancs	Gyümölcs saláta	Banán	Gyümölcstea, keksz
Ebéd	Húsleves Főtt pulykahús Töltike	Aprósült Petrezselymes rizs Almás céklasaláta	Húsos tészta Csemege uborka	Párolt csirkemell Zöldséges rizs Őszibarackbefőtt	Bazsalikomos csirkecombfilé Tört burgonya Befőtt
Uzsonna	Tej lm., kukorica pehely	Citromos tea, csirkemell sonka, zsemle, uborka	Csipketea, kockasajt lm., teljes kiőrlésű kifli	Forralt tej lm., tavaszi felvágott, margarin, félbarna kenyér, kaliforniai paprika	Citromos tea, csirkemellsonka, margarin, mixes zsemle, savanyú káposzta

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2022. december 26 – 30.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli		Csipketea, sült tojás, margarinos burgonyás kenyér, uborka	Kakaó lm., párizsikrémes kenyér, paradicsom	Csipketea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Tej lm., sonkakrémes lm., zsemle, savanyú káposzta
Tízórai		Narancslé	banán	reszelt alma	Narancs
Ebéd		Ájgaluskaleves és palacsinta lm.	Aprósült Süttőkfőzelék lm.	Burgonyás tészta Csemege uborka	Brassói sertéspecsenye Burgonyapüré lm. Uborkasaláta
Uzsonna		Tej lm., házi sült káposztás pástétom lm., sült zsemle, ajretek	Gyümölcsstea, házi halpástétom lm., teljes kiőrlésű kenyér, póréhagyma	Tej lm., margarinos foszlós kalács	Csipketea, kockasajt lm., margarin, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!