

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABABMENTES**

É T L A P



Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

2022. december 5 - 9.

49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, fonott kalács	Gyümölcs tea, kockasajt, korpás kifli, uborka	Csokis tej, Olasz felvágott, vajkrémes szezámmagos kenyér, tv. paprika	Zöldtea, olajos hal, burgonyás kenyér, gyümölcs	Kakaó, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom
Ebéd	Zellerkrémleves Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Sült kolbász karikák Sárgborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Savanyú tojásleves Barackos csirkemell Párolt rizs	Reform töltött káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Sajtos pogácsa	Alföldi gulyásleves Darás metélt Alma
Uzsonna	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Szendvics sonka, margarinos barna zsemle, reszelt tojás	Körözött, teljes kiőrlésű kifli, lilahagyma	Gyümölcs joghurt, molnárka	Főtt tojás, vajkrém, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

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. december 12 - 16.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, Zala felvágott, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér, vajretek	Kakaó, kakaós kifli	Tej, Ausztria szalámi, joghurtos margarin, graham kifli, paradicsom	Gyümölcstea, virslis, teljes kiőrlésű kenyér, mustár
Ebéd	Csontleves Rántott sertésszelet Főtt burgonya	Paradicsomleves Sajtos rakott csirkemell Párolt rizs	Zöldborsóleves Hentes pulykatokány Tarhonya	Zöldséges gombaleves Húsgombóc Kefíres tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Húsleves Szatmári rakott burgonya Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Szilvalekvár, kenyér	Puding, keksz	Szárnyasmájkrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Light margarin, mixes zsemle, narancs	Párizsi, margarin, zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

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. december 19 - 23.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, sárgarépas sajtkrém, teljes kiőrlésű kifli	Tea, magkeverékes kenyér, kockasajt, margarin, tv paprika	Tej, vajás briós	Tea, főtt tojás, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Tej, vajás zsemle, paradicsom
Ebéd	Köménymagos leves Sertéspaprikás Galuska Alma	Tejfölös burgonyafőzelék Fasírt Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Párolt szelet Párolt rizs Csemege uborka	Meggyleves Pulyka pecsenye Bulgur	Rakott burgonya Káposztával töltött paprika Teljes kiőrlésű kenyér
Uzsonna	Kevert kakaós sütemény	Ivólé, margarinos kifli	Sonka, margarin, kenyér, narancs	Zala felvágott, csészés margarin, korpás kenyér, pritaminpaprika	Sós rúd, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

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. december 26 - 30.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Citromos tea, tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, kuglóf alma	Tej, baromfi párizsi, margarin, burgonyás kenyér, liliahagyma	Zöldtea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika
Ebéd		Zöldségleves Gombás csirketokány Párolt rizs Befőtt	Tarhonyaleves Sertéspörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykapecsenye Kelkáposzta főzelék Kukoricapelyhes kenyér Ivólé	Tárkonyos raguleves Rakott túrós metélt
Uzsonna		Vajas-mézes zsúrkenyér	Kockasajt, kifli	Szezámagos vajkrém, teljes kiőrlésű zsemle	Krémsajtos graham kifli, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató