

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TOJÁSMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP



2022. december 5 - 9.
49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, zsemle	Gyümölcs tea, kockasajt, korpás kifli, uborka	Csokis tej, Olasz felvágott, vajkrémes szezámmagos kenyér, tv. paprika	Zöldtea, olajoshal, burgonyás kenyér gyümölcs	Kakaó, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom
Ebéd	Zellerkrémleves pirított kenyérkocka Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Sült kolbász karikák Sárgborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Köménymagleves pirított kenyérkocka Barackos csirkemell Párolt rizs	Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Darás metélt Alma
Uzsonna	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Szendvics sonka, margarinos barna zsemle	Körözött, teljes kiőrlésű kifli, lilahagyma	Gyümölcs joghurt, molnárka	Sonka, vajkrém, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

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, margarinos-jamos zsemle	Tej, Ausztria szalámi, joghurtos margarin, graham kifli, paradicsom	Gyümölcstea, virsli, teljes kiőrlésű kenyér, mustár
Ebéd	Csontleves Natúr sertésszelet Főtt burgonya	Paradicsomleves Párolt csirkemell Párolt rizs	Zöldborsóleves Hentes pulykatokány Tört burgonya	Zöldséges gombaleves Párolt pulykaapróhús Kefíres tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Húsleves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Szilvalekvár, kenyér	Ivólé, keksz	Szárnyasmájkrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Light margarin, mixes zsemle, narancs	Túró-rudi, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2022. december 19 - 23.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, sárgarépás sajtkrém, teljes kiőrlésű kifli	Tea, magkeverékes kenyér, májkrém, tv paprika	Tej, vajás zsemle	Tea, májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Tej, vajás zsemle, paradicsom
Ebéd	Köménymagos leves pirított kenyérkocka Sertéspaprikás Főtt burgonya Alma	Aprósült Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Párolt szelet Párolt rizs Csemege uborka	Meggyleves Pulyka pecsenye Bulgur	Párolt szelet Petrezselymes burgonya Káposztával töltött paprika Teljes kiőrlésű kenyér
Uzsonna	Párizsi, margarin, kenyér	Ivólé, margarinos kifli	Műzli szelet, narancs	Zala felvágott, csészés margarin, korpás kenyér, pritaminpaprika	Sonka, margarin, kenyér, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2022. december 26 - 30.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Citromos tea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, margarinos zsemle, alma	Tej, baromfi párizsi, margarin, burgonyás kenyér, lilahagyma	Zöldtea, szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika
Ebéd		Zöldségleves Gombás csirketokány Párolt rizs Befőtt	Zöldséges burgonyaleves Sertéspörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykapecsenye Kelkáposzta főzelék Kukoricapelyhes kenyér Müzli szelet	Tárkonyos raguleves Túrós metélt
Uzsonna		Vajas-mézes zsúrkenyér	Kockasajt, kifli	Szezámagos vajkrém, teljes kiőrlésű zsemle	Krémsajtos graham kifli, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!