

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

ÉTLAP

2023. január 9 - 13.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé, csemege szalámi, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, tv.paprika	Tea, főtt tojás karikák, vajás kenyér 7 dkg	Csipketea, bundás kenyér (7 dkg teljes kiőrlésű kenyérből)	Tea diab., Soproni felvágott, margarin, kenyér 7 dkg	Tea diab., Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg
Ebéd	Zöldségleves Bakonyi sertéstokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából	Csontleves Majorannás pulykasült Tejfeles burgonyafőzelék	Alföldi gulyásleves Párolt szelet Párolt vegyes zöldségköret	Zellerkrémleves Zúzapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából	Zöldséges karfiolleves Sült kolbász Lencsefőzelék
Uzsonna	Májusi felvágott, margarin, kenyér 4 dkg	Vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, pritaminpaprika	Baromfi párizsi, kenyér 4 dkg, paradicsom	Májkrémes kenyér 4 dkg, uborka	Puffasztott rizsszelet 2 db, mandarin 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

ÉTLAP

2023. január 16 - 20.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, sajtos-sült kenyér 7 dkg	Tea diab., zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Tea diab., főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kefir, kifli 1 db	Csipketea diab., tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, pritaminpaprika
Ebéd	Almaleves diab. Csirketokány Bp. módra Bulgur 5 dkg bulgurból	Marhaerőleves Natúr sertésszelet Miskolci rakottas	Daragaluskaleves Pulykapörkölt Kelkáposztafőzelék	Paradicsomleves diab. Párolt szelet ½ adag párolt rizs ½ adag párolt vegyes zöldség	Sertésraguleves Káposztás tészta 5 dkg tésztából
Uzsonna	Soproni felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Löncskrémes kenyér 4 dkg., uborka	Körözött, kenyér 4 dkg, lilahagyma	Csirkemell sonka, margarin, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Sajtos perec 4 dkg-nyi

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

ÉTLAP

2023. január 23 - 27.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, olasz felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkh, tv. paprika	Tea, sonka, vajás kenyér 7 dkg	Csipketea, hagymás omlett, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Tea, párizsi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg,	Tea, melegszendvics 7 dkg kenyérből
Ebéd	Zöldséges gombaleves Pulykavagdalt Paradicsomos káposztafőzelék	Széchenyi leves Sertéspaprikás Orsó tészta 5 dkg tésztából	Brokkolikrémleves Levesgyöngy Lecsós csirkemáj Párolt rizs 5 dkg rizsből	Suhintottleves Sajtos virsli Kapros tökfőzelék	Sertésraguleves Burgonyás tészta 4 dkg tésztából Csemege uborka
Uzsonna	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Tepertőkrémes teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg	Vajas molnárka 4 dkg	Májusi felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

ÉTLAP

2023. január 30 - február 3.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, turista szalámi, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Tea, párizsi, vajkrémes barna zsemle 1 db, paradicsom	Tea, hamburger (1 db zsemlével)	Tea, főtt tojás karikák, vajás kenyér 7 dkg	Tea, halkrémes teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, lilahagyma
Ebéd	Zöldségkrémleves Spanyol csirkemell Párolt rizs 5 dkg rizsből	Zöldségleves Aprósült Sárgaborsófőzelék	Kalocsai gulyásleves Párolt szelet Párolt vegyes zöldségköret	Tejfölös karfiolleves Zöldborsós pulykatokány Rövidcső tészta 5 dkg tésztából	Húsleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya 1/2 adag
Uzsonna	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg	Kockasajt, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg	Csészés margarin, teljes kiőrlésű bagett 4 dkg, kaliforniai paprika	Szezámos rúd 4 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató