

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2023. január 9 - 13.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé, csemege szalámi, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Kakaó, vajás zsemle	Csipketea, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Tej, lekváros puffancs	Tea, Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Zöldségleves Bakonyi sertéstokány Copfocska tészta	Csontleves Majorannás pulykasült Tejfeles burgonyafőzelék	Alföldi gulyásleves Tejberizs	Zellerkrémleves Zúzapörkölt Tarhonya	Zöldséges karfiolleves Sült kolbász Lencsefőzelék
Uzsonna	Gyümölcsös túrókrém, vágott zsemle	Vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, píraminapaprika	Párizsi, szezámmagos zsemle, paradicsom	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Ivólé, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2023. január 16 - 20.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, sajtos-sült kifli	Tejeskávé, zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Tea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér	Kefir, kifli	Csipketea, tükörtojás, teljes kiőrlésű zsemle, přitáminpaprika
Ebéd	Vegyes gyümölcsleves Sertéstokány Bp. módra Bulgur	Marhaerőleves Natúr sertésszelet Miskolci rakottas	Daragaluskaleves Pulykapörkölt Kelkáposztafőzelék	Paradicsomleves Panírozott halrudak Párolt rizs Tartármártás	Babgulyás Kuszkuszos metélt Sárgabarack lekvár
Uzsonna	Soproni felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Löncskrémes magvas zsemle, uborka	Körözött, zsemle, lilahagyma	Csirkemell sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Sajtos pereg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2023. január 23 - 27.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, olasz felvágott, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Tej, vajás-mézes zsemle	Csipketea, hagymás omlett, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kakaó, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Tea, melegszendvics
Ebéd	Zöldséges gombaleves Pulykavagdalt Paradicsomos káposztafőzelék	Széchenyi leves Sertéspaprikás Orsó tészta	Brokkolikrémleves Levesgyöngy Lecsós csirkemáj Párolt rizs	Suhintottleves Sajtos virsli Kapros tökfőzelék	Sertésraguleves Túrós derelye
Uzsonna	Mazsolás túrókrém, vágott zsemle	Tepertőkrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Kefir, kifli	Vajas molnárka	Májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, 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

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2023. január 30 - február 3.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, turista szalámi, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kakaó, vajkrémes barna zsemle, paradicsom	Tea, sonka, margarin, kenyér	Vaníliás tej, vajás zsemle	Tea, halkrémes teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma
Ebéd	Zöldségkrémleves Spanyol sertésszelet Párolt rizs	Pásztorleves Sertésvagdalt Sárgaborsófőzelék	Kalocsai gulyásleves Tejbegríz	Tejfölös karfiolleves Zöldborsós pulykatokány Rövidcső tészta	Húsleves Húsgombóc Paradicsommártás Főtt burgonya 1/2 adag
Uzsonna	Mini jam, kifli	Tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Csészés margarin, teljes kiőrlésű bagett, kaliforniai paprika	Szezámós rúd, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató