

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

ÉTLAP

2023. március 6 - 10.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, főtt krinolin, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, mustár	Tea, olasz felvágott, zsemle 1 db	Tea, sonka, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle 1 db,	Kefir, kenyér 5 dkg	Tea, sonkás omlett, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka
Ebéd	Zöldségleves Rácbabpaprikás	Csontleves Rakott karfiol	Rántott leves Pírtott kenyérkocka Vajas csirkemell Majonézes téstasaláta 5 dkg tésztából	Lebbencsleves Hajdúkáposzta	Gombakrémleves Lecsós virsli Párolt rizs 5 dkg rizsből
Uzsonna	Reszelt sajt, margarin, hami rúd 4 dkg, uborka	Kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Szardiniakrém, vágott zsemle ½ db	Csemege szalámi, teljes kiőrlésű zsemle ½ db, tv. paprika	Puffasztott rizs 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. március 13 - 17.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, májusi felvágott, magvas zsemle 1 db	Tea, főtt tojás karikák, vajás kenyér 7 dkg		Limonádé, zala felvágott, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, paradicsom	Tea, bundás kenyér (7 dkg teljes kiőrlésű kenyérből)
Ebéd	Zöldségleves Tarhonyáshús 5 dkg tarhonyából Csemege uborka	Magyaros karfiolleves Szalonnás csirkemáj Főtt burgonya 20 dkg Csemege uborka		Paradicsomleves Panírozott halrúd Petrezselymes rizs 4 dkg rizsből Kapormártás	Zöldséges burgonyaleves Aprósült Finomfőzelék
Uzsonna	Körözött, teljes kiőrlésű zsemle ½ db, lilahagyma	Sajtkrémes teljes kiőrlésű bagett 4 dkg, paradicsom		Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg	Csirkemell sonka, szezámos zsemle ½ db, tv.paprika

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. március 20 - 24.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, tavaszi sajtos rolád, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, pritaminpaprika	Tea, sonka, vajás kenyér 4 dkg	Tea, hagymás omlett, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, paradicsom	Tea, kockasajt, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér 7 dkg
Ebéd	Zöldségleves Debreceni sertéstokány Zöldséges bulgur 5 dkg bulgurból	Tavaszeleves Erdélyi rakott burgonya 20 dkg burgonyából	Tárkonyos raguleves Mákos metélt 5 dkg tésztából	Zöldséges kelbimbóleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Húsleves Főtt sertéshús Sóskamártás ½ adag burgonya
Uzsonna	Zsíros burgonyás kenyér 4 dkg, zöldhagyma	Marhapárizsi, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, tv. paprika	Házi kapros túrókrém, vágott zsemle ½ db	Házi májpástétom, zsemle ½ db, uborka	Olasz felvágott, vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle ½ db

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. március 27 - 31.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, turista felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Tea, sonka, margarin, kenyér 7 dkg	Tea, főtt tojás, margarinos barna zsemle 1 db, kaliforniai paprika	Tea, füstölt párizsi, szezámos zsemle 1 db	Natúr joghurt, teljes kiőrlésű kifli 1 db
Ebéd	Suhintottleves Csemege pulykasült Paradicsomos káposztafőzelék diab.	Árpagyöngyleves Kolbászos rakott burgonya 15 dkg burgonyával Csemege uborka	Tejfölös karfiolleves Csirkepörkölt Orsó tészta 5 dkg tésztából	Daragaluskaleves Zöldséges vagdalt Tökfőzelék	Sertésraguleves Káposztás kocka 5 dkg tésztából
Uzsonna	Házi petrezselymes túrókrém, vágott zsemle ½ db, hónapos retek	Löncshús felvágott teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli 4 dkg	Halkrémes teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, lilahagyma	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató