

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2023. március 6 - 10.
10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, omlett, burgonyás kenyér, paradicsom	Tej lm., lekváros foszlós kalács	Tej lm., főtt krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó lm., margarin, fehér kenyér, uborka	Citromos tea, baromfi májkrém, burgonyás kenyér, hónapos retek
Tízórai	Banán	Alma	Gyümölcslé	Mandarin	Gyümölcs saláta
Ebéd	Főtt pulykamell Zöldborsófőzelék lm. Fehér kenyér	Tepsis tonhalvagdalt Tört burgonya Sárgarépás uborkasaláta	Nyírségi gombóclevés lm. Almás linzer	Tojásos rakott sárgarépa lm. Félbarna kenyér	Fokhagymás sült pulykapecsenye Karfiolfőzelék lm.
Uzsonna	Forralt tej lm., házi csirkehúskrém teljes kiőrlésű kifli, zöldhagyma	Gyümölcstea, sonkakrém vágott zsemle, hónapos retek	Gyümölcstea, kockasajt lm., Vincellér kifli	Citromos tea, felvágott, margarin, zsemle	Forralt tej lm., méz, margarin, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2023. március 13 - 17.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tejeskávé lm., sárgarépás margarin, burgonyás kenyér	Tej lm., csirkemell sonka, margarin, fehér kenyér, uborka		Csipketea, főtt tojás, margarinos magkeverékes kenyér, zöldhagyma	Tej lm., Zala felvágott, vágott zsemle, vegyes zöldség
Tízórai	Alma	Körte		Mandarin	Banán
Ebéd	Lecsós csirkemáj Tejfölös burgonyafőzelék lm. Félbarna kenyér	Miskolci rakottas lm. Fűszeres csirkecomb		Házi rizseshús Tavaszi saláta	Vajas pulykamell Sárgarépa főzelék lm. Fehér kenyér
Uzsonna	Gyümölcstea, kockasajt lm., kifli	Gyümölcstea, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle		Natur joghurt lm. gyümölcs darabokkal, kifli	Citromos tea, felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2023. március 20 - 24.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, citromos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Tej lm., margarin, briós	Gyümölcstea, tükörtojás, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Karamellás tej lm., májusi felvágott, margarin, burgonyás kenyér	Gyümölcstea, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű zsemle
Tízórai	Almakompót	Banánturmix lm.	Mandarin	Körte	Gyümölcs saláta
Ebéd	Húsgombóc Gyümölcs mártás lm. ½adag sós burgonya	Bácskai rizseshús Almás céklasaláta	Újházi csirkeleves Barackos piskóta	Zöldfűszeres pulykamell Petrezselymes rizs Tavaszi saláta	Rakott kelkáposzta lm. Fehér kenyér Alma
Uzsonna	Forralt tej lm., sajtos pogácsa	Csipketea, kockasajt lm., reszelt sárgarépa, vágott zsemle	Mézes tej lm., gabonapehely	Citromos tea, felvágott, margarin, korpás kifli, lilahagyma	Tej lm., fonott kalács

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2023. március 27 - 31.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, sonkás omlett, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Tej lm., zelleres margarin, burgonyás kenyér, paradicsom	Citromos tea, felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej lm., margarin-mézés fonott kalács	Tejeskávé lm., csirkemell sonka, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek
Tízórai	Alma	Gyümölcslé	Banán	Gyümölcs saláta	Reszelt alma, keksz
Ebéd	Sütőben sült halrúd ½ adag tört burgonya ½ párolt brokkoli	Húsgombóclevés Ízes palacsinta lm.	Aprósült Tökfőzelék lm.	Párolt sertéshús Főtt burgonya Paradicsommártás	Bolognai spagetti sajt nélkül
Uzsonna	Forralt tej lm., kockasajt lm., margarinos zsemle, uborka	Gyümölcstea, baromfi párizsi, margarin, fehér kenyér, pritamin paprika	Forralt tej lm., főtt tojás, margarin, kifli, hónapos retek	Citromos tea, felvágott, margarin, félbarna kenyér	Citromos tea, margarinos félbarna kenyér, lilahagymás savanyúkáposzta

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató