

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2023. március 6 - 12.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea diab., csirkemell sonka margarinos teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Kakaó diab. 2 dl, szárnyas májkrém, zsemle 1 db, zöldhagyma	Zöldtea diab., sült debreceni kolbász, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg	Tejeskávé diab. 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Citromos tea diab., tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, tv. paprika	Csipketea diab., tepertőkrém, félbarna kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Rostoslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Vincellér kifli 1 db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Margarinos kifli 1 db	Kockasajt, kenyér 4 dkg
Ebéd	Zöldségleves Sertéspörkölt Zöldbabfőzelék	Csurgatott tésztaleves Rántott hal Tört burgonya 15 dkg Csemege uborka	Zöldborsóleves Rakott karfiol	Gombakrémleves Póréhagymás csirkemell Bulgur 5 dkg bulgurból	Karalábéleves Pulyka vadász módra Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Céklasaláta	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Túrós tészta 5 dkg tésztából	Tavaszi leves Tejfölös csirkecomb Csőtészta 5 dkg tésztából
Uzsonna	Sajtos kifli 1 db	Margarinos kenyér 4 dkg	Húskrémek kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Joghurt, kifli ½ db	Molnárka ½ db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Vacsora	Zúza pörkölt tarhonya 5 dkg tarhonyából csemege uborka	Gyümölcstea diab., Zala felvágott teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, vajkrémek teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Nudli 10 dkg fahéjas eritrittel	Tej 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, vitamin paprika	Citromos tea diab., májkrém, teljes kiőrlésű kifli 2 db	Zöldtea diab., sonka, margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, vitamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2023. március 13 - 19.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé diab. 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű bagett 5 dkg, paradicsom	Citromos tea diab., párizsi, vitaminos margarin fehér kenyér 7	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcstea diab., főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó diab. 2 dl, mini ráma burgonyás kenyér 5 dkg, lilahagyma	Citromos tea diab., sajtos sült kifli 1 ½ db	Tej 2 dl, mini ráma, marha párizsi, fehér kenyér 5 dkg, paradicsom
Tízórai	Margarin, kifli 1 db	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Sajtkrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Ebéd	Árpagyöngyleves Hentes sertés tokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából	Karalábéleves Cigánypecsenye Hagymás tört burgonya 20 dkg Almapaprika	Reszeltleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Magyaros burgonyaleves Székelykáposzta	Zöldséges bableves (kevésbé sűrű) füstölt hússal Nudli 10 dkg fahéjas eritrittel	Salátaleves Sertéspörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Céklasaláta diab.	Húserőleves Rántott sajt Burgonyapüre 15 dkg burgonyából Csemege uborka
Uzsonna	Ívólé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Sajtos pereg 4 dkg-nyi	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl
Vacsora	Aprósült Brokkolifőzelék	Zöldtea diab., húspástétom, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Zöldtea diab., snidlinges csirkemellsonka, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg	Húsos tészta 5 dkg tésztából Csemege uborka	Joghurt, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db	Gyümölcstea diab., Diákcsemege, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg	Zöldtea diab., szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház
Cukorbeteg

ÉTLAP

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

2023. március 20 - 26.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea diab., főtt tojás, mini vaj, fehér kenyér 7 dkg	Tejeskávé diab. 2 dl, meleg szendvics 5 dkg kenyérből	Gyümölcstea diab., mini ráma, reszelt sajt, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Tej 2 dl, vajás zsemle 1 db	Citromos tea diab., tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, hónanos retek	Tej 2 dl, párizsi, mini ráma, zsemle 1 db	Csipketea diab., kockasajt, vajkrémes teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Kifli 1 db, margarin	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve	Rostoslé 100 %-os 2 dl	Kockasajt, kifli 1 db	Diab. nápolyi 4 dkg
Ebéd	Suhintott leves Fokhagymás pecsenye Tejfölös burgonyafőzelék	Kalocsa gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta 5 dkg tésztából cukor nélkül	Brokkoli krémleves Szalonnás csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Cékla saláta diab.	Zöldséges kelbimbó leves Szatmári rakott burgonya 20 dkg burgonyából Vegyes vágott savanyúság	Meggyleves diab. (mirelitből) Pásztortarhonya 4 dkg tarhonyából Csemege uborka	Galuskaleves Sült csirkecomb Miskolciraakottas	Zöldségleves Rántott csirkemell Burgonyapüré 15 dkg Diabetikus befőtt
Uzsonna	Teljes kiőrlésű bagett 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Májkrémes kenyér 4 dkg	Sajtos rúd 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve
Vacsora	Diétás rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Citromos tea diab., sonka, mini vaj, molnárka 1 db	Tej 2 dl, turista szalámi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, vajretek	Sajtos tejeles virsli fehér kenyér 10 dkg	Gyümölcstea diab., mini ráma, csirkemell sonka, fehér kenyér 10 dkg,	Citromos tea diab., tepertőkrémes, teljes kiőrlésű zsemle 1 ½ db, pritamin paprika	Kakaó diab. 2 dl, tavaszi felvágott, mini ráma, tv. paprika korpás vekni 7 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2023. március 27. - április 2.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea diab., Pápai sonka mini ráma, fehér kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini margarin zsemle 1 db	Citromos tea diab., sajtos sült nagy kifli 1 db, uborka	Gyümölcsstea diab., kockasajt, mini ráma, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db,	Kakaó diab. 2 dl, vajás zsemle 1 db	Zöldtea diab., főtt virsli, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg	Tejeskávés diab. 2 dl, Olasz felvágott, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg,
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve citrusfélék)	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve citrusfélék)	Májkrémes kenyér 4 dkg	Diab. nápolyi 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve citrusfélék)	Molnárka ½ db
Ebéd	Reszelt leves Sült kolbász Sárgaborsó főzelék	Hajdusági pulykaleves Túrógombóc diab	Csontleves Sertés pörkölt Copfocskas tészta 5 dkg tésztából Cékla saláta diab.	Grízgaluskaleves Serpényős burgonya kolbásszal 20 dkg burgonyából Kovácsos uborka	Zellerkrémleves Nyitrai csirkemell Petrezselymes rizs 4 dkg rizsből Almapaprika	Rizsleves Zúza pörkölt Tört burgonya 20 dkg Csemege uborka	Zöldségleves Sült csirkecomb Bulgur 5 dkg bulgurból Diabetikus befőtt
Uzsonna	Vajas zsemle ½ db	Kefir, kifli ½ db	Párizsi, kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve citrusfélék)	Gyümölcs 15-20 dkg (kivéve citrusfélék)	Löncs felvágott, kenyér 4 dkg	Diab. nápolyi 4 dkg
Vacsora	Sajtos spagetti 5 dkg tésztából	Gyümölcsstea diab., tojáskrémmel, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, tv. paprika	Natur joghurt, korpás kifli 1 ½ db	Grill csirkemell Párolt zöldség	Csipketea diab., húspástétom, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg	Tej 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Gyümölcsstea diab., Zala felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató