

É T L A P

2023. március 6 - 10.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé lm., felvágottkrémes zsemle, tv.paprika	Tej lm., Soproni felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csipketea, főtt virsli, ketchup, kenyér	Kakaó lm., Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Tea, margarinos zsemle, főtt tojáskarikák, uborka
Ebéd	Köménymagleves pirított kenyérkocka Fűszeres halszelet Tört burgonya Befőtt	Csontleves Vadas marhatokány Csőtészta	Csemege sertéssült Zöldborsófőzelék rántva Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Zöldségleves Csirkemell Budapest módra Párolt rizs Vitamin saláta	Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Rozsos kenyér Banán
Uzsonna	Baromfipárizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Kenőmájas, zsemle	Kockasajt lm., zsemle, gyümölcs	Tavaszi felvágott, kenyér, alma	Tej lm., zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2023. március 13 - 17.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej lm., bundáskenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Tej lm., Pápai sonka, korpás zsemle, hónapos retek		Tej lm., májpástétomos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcstea, Csemege szalámi, margarinos zabos kenyér, uborka
Ebéd	Hamis gulyásleves Tepsiben sült fasírtgolyók Tökfőzelék	Sertésraguleves Káposztás tészta Gyümölcs		Zöldségleves Pulykarizottó sajt nélkül Csemege uborka	Rántott leves Almával párolt csirkemell Tört burgonya
Uzsonna	Májusi felvágott, margarinos zsemle, uborka	Paradicsomos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér		Zala felvágott, margarin, köleses zsemle gyümölcs	Sonka, margarin, kenyér, paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2023. március 20 - 24.
12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé lm., zsemle	Citromos tea, sült császár szalonna, fehér kenyér, lilahagyma	Kakaó lm., margarinos köleses zsemle, sárgarépa csíkok	Csipketea, tavaszi rolád, zsemle	Tej lm., sonkakrém, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Sertésraguleves Mákos metélt Alma	Lebbencsleves Pulykapörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyleves Rántott harcsaszelet Párolt rizs Csemegeuborka	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Zöldségleves Brassói aprópecsenye Uborkasaláta
Uzsonna	Virslikrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Sonka, margarin, zsemle, gyümölcs	Olasz felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej lm., főtt tojáskarikák, margarin, vágott zsemle paradicsom	Margarinos-mézes kenyér, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

LAKTÓZMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2023. március 27 - 31.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej lm., baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Csipketea, felvágottkrémes kenyér, uborka	Tejeskávé lm., baromfifelvágott, zsemle banán	Zöldtea, póréhagymás rántotta, teljes kiőrlésű kenyér	Tej lm., szalámi, margarin, félbarna kenyér, uborka
Ebéd	Daragaluskaleves Csirkemell vadász módra Bulgur Céklasaláta	Tarhonyaleves Rakott brokkoli (barna rizsszel) Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykaraguleves Káposztás tészta	Paradicsomleves Rántott hús Kukoricás rizs Bolgár saláta	Húsleves Főtt hús Gyümölcs mártás ½ adag sós burgonya
Uzsonna	Sonka, margarin, zsemle, alma	Tej lm., sárgarépas margarin, zsemle, alma	Pápai sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Zala felvágott, margarin, zsemle, uborka	Tavaszi rolád, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató