

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Eötvös József Gimnázium konyhája**

**Szederinda óvoda konyhája**

# ÉTLAP

**2023. március 6 - 10.**

**10. hét**

|                | <b>Hétfő</b>                                                                  | <b>Kedd</b>                                                                            | <b>Szerda</b>                                                                    | <b>Csütörtök</b>                                                            | <b>Péntek</b>                                                  |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>Tízórai</b> | Tej,<br>alpesi szalámi,<br>margarin,<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>paradicsom | Citromos tea<br>bundás kenyér<br>uborka                                                | Tejeskávé,<br>teavaj,<br>zsúrkenyér,<br>retek                                    | Gyümölcs tea,<br>szendvics sonka,<br>teljeskiőrlésű kenyér<br>hónapos retek | Kakaó<br>lekváros kuglóf                                       |
| <b>Ebéd</b>    | Lebbencs leves<br>Toroskáposzta<br>Gyümölcs<br>Teljeskiőrlésű kenyér          | Zöldséges karfiolleves<br>Kukoricás-tejszínes<br>csirkemell<br>Párolt rizs<br>Gyümölcs | Reszelt tészta leves<br>Barackos sertésszelet<br>Burgonyapüré<br>Gyümölcs saláta | Lencsegulyás<br>Gránátos kocka<br>Csemege uborka                            | Zeller krémleves<br>Hétvezér tokány<br>Galuska<br>Cékla saláta |
| <b>Uzsonna</b> | Vajkrém,<br>vágott zsemle,<br>póréhagyma                                      | Natur joghurt,<br>vincellér kifli                                                      | Tojáskrém,<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>tv.paprika                              | Körözött,<br>teljeskiőrlésű kifli,<br>kaliforniai paprika                   | Briós,<br>gyümölcs                                             |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Vitányi Lászlóné, Ferencz-Molnár Judit

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Eötvös József Gimnázium konyhája**

**Szederinda óvoda konyhája**

# ÉTLAP

2023. március 13 - 17.

11. hét

|                | Hétfő                                                                                | Kedd                                                  | Szerda                                                                               | Csütörtök                                               | Péntek                                                                           |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcs tea,<br>túrókrém<br>teljes kiőrlésű zsemle<br>hónapos retek                 | Citromos tea,<br>pizza                                |  | Tej<br>sonkakrém<br>teljes kiőrlésű kifli<br>paradicsom | Kakaó,<br>füstölt párizsi,<br>vajkrém,<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>tv. paprika |
| <b>Ebéd</b>    | Galuska leves<br>Húsgombóc<br>Paradicsomszószt<br>Gyümölcs<br>Teljes kiőrlésű kenyér | Kertész leves<br>Szerb rizseshús<br>Vitamin saláta    |                                                                                      | Egri húsleves<br>Grízes tészta<br>Gyümölcs              | Sóskapüré leves<br>Szerpenyős kolbász<br>Fejes saláta                            |
| <b>Uzsonna</b> | Zöldfűszeres sajt,<br>kifli                                                          | Vajas-sajtos<br>teljes kiőrlésű kenyér,<br>zöldhagyma |                                                                                      | Joghurtos margarin,<br>barna zsemle,<br>uborka          | Gyümölcsös joghurt,<br>graham kifli                                              |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Vitányi Lászlóné, Ferencz-Molnár Judit

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Eötvös József Gimnázium konyhája**

**Szederinda óvoda konyhája**

# ÉTLAP

**2023. március 20 - 24.**

**12. hét**

|                | <b>Hétfő</b>                                                                                            | <b>Kedd</b>                                            | <b>Szerda</b>                                                    | <b>Csütörtök</b>                                                        | <b>Péntek</b>                                                                                 |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcstea,<br>sajtos-vajas,<br>mixes zsemle,<br>tv. paprika                                           | Tej,<br>magyaros vajkrém,<br>vincellér kifli,<br>retek | Tea,<br>baconos omlett,<br>teljes kiőrlésű kenyér<br>paradicsom, | Karamellás tej,<br>vajas briós                                          | Citromostea<br>melegszendvics                                                                 |
| <b>Ebéd</b>    | Májgaluska leves<br>Sertéspecsenye<br>Tejfeles burgonya<br>főzelék<br>Teljeskiőrlésű kenyér<br>Gyümölcs | Meggyleves<br>Marhapörkölt<br>Tarhonya<br>Fejes saláta | Szegedi gulyásleves<br>Túrógombóc<br>Gyümölcs                    | Zöldségleves<br>Cigánypecsenye<br>Hagymás törtburgonya<br>Uborka saláta | Borsópüréleves<br>Sült hal<br>Párolt rizs 0,5 adag<br>Párolt zöldség 0,5 adag<br>Vegyesvágott |
| <b>Uzsonna</b> | Gabonás joghurt,<br>háztartási keksz                                                                    | Húskrém,<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>uborka          | Kefír,<br>teljes kiőrlésű kifli                                  | Teljeskiőrlésű bagett<br>gyümölcs                                       | Sajtkrém,<br>zsemle,<br>lilahagyma                                                            |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Vitányi Lászlóné, Ferencz-Molnár Judit

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Eötvös József Gimnázium konyhája**

**Szederinda óvoda konyhája**

# ÉTLAP

**2023. március 27 - 31.**

**13. hét**

|                | <b>Hétfő</b>                                 | <b>Kedd</b>                                                             | <b>Szerda</b>                                                                           | <b>Csütörtök</b>                                               | <b>Péntek</b>                                          |
|----------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>Tízórai</b> | Tea,<br>Hamburger                            | Tej,<br>gabonagolyó                                                     | Tejeskávé,<br>kakaós kifli                                                              | Citromos tea,<br>sajtos melegszendvics<br>paradicsom           | Kakaó,<br>vajás puffancs                               |
| <b>Ebéd</b>    | Lebbencs leves<br>Rakott karfiol<br>Gyümölcs | Fokhagyma krémleves<br>Vadász sertésragu<br>Párolt rizs<br>Bajor saláta | Csontleves<br>Sertés vagdalt<br>Szemesbab főzelék<br>Gyümölcs<br>Teljes kiőrlésű kenyér | Árpagyőny leves<br>Csirkepaprikás<br>Kagyló tészta<br>Gyümölcs | Paradicsomleves<br>Brassói aprópecsenye<br>Fejessaláta |
| <b>Uzsonna</b> | Kefír,<br>teljes kiőrlésű kifli              | Tojáskrém,<br>teljes kiőrlésű zsemle,<br>póréhagyma                     | Zala felvágott,<br>teljes kiőrlésű kenyér,<br>pritamin paprika                          | Joghurt,<br>hami rúd                                           | Baromfi pástétom,<br>teljes kiőrlésű kifli, uborka     |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Vitányi Lászlóné, Ferencz-Molnár Judit

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató