

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2023. július 3 - 7.
27. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej lm., kockasajt lm., margarinos korpás kifli, póréhagyma	Csipketea, párizsi krém lm., mixes zsemle, paradicsom	Tej lm., margarinos briós	Gyümölcstea, májusi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér
Tízórai	Gyümölcssaláta	Gyümölcs	Limonádé, gyümölcs	Gyümölcslé (100%-os)	gyümölcs
Ebéd	Töltött csirkemell Petrezselymes rizs Őszibarackbefőtt	Petrezselymes búzacsírák pulyka vagdalt Karfiolfőzelék lm.	Tojásos rakott burgonya lm. Reszelt uborkasaláta	Csirke raguleves Ízes palacsinta lm.	Vajas pulykamell Brokkoli főzelék lm.
Uzsonna	Forralt tej lm., zabpelyhes párna	Gyümölcstea, házi halkrémes lm. barna zsemle, tv. paprika	Gyümölcs joghurt lm., teljes kiőrlésű kifli	Citromos tea, kockasajt lm., vincellér kifli	Tej lm., gabonapehely

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

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. július 10 - 14.
28. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, főtt krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Tej lm., házi húskrémes lm. burgonyás kenyér, paradicsom	Citromos tea vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér hónapos retek	Kakaó, csirkemell sonka, Light margarin Vincellér kifli, uborka	Csipketea, sonkakrémes lm. félbarna kenyér, lilahagyma
Tízórai	Rostos lé	Gyümölcs	Limonádé,	Gyümölcs	Gyümölcslé (100%-os)
Ebéd	Sült csirkecomb Zöldséges kuskusz Befőtt	Tojásos rakott sárgarépa lm.	Mészáros - leves Húsos tészta Csemege uborka	Csirketokány Burgonyapüré lm.	Köményes sertéssült Zöldborsófőzelék lm.
Uzsonna	Tej lm., margarinos hami rúd, kalifornia paprika	Csipketea, kockasajt lm., alma csíkok, Graham kifli	Tej lm., sajtos pogácsa	Gyümölcstea, párizsi, korpás zsemle	Kefir lm., teljes kiőrlésű kifli

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. július 17 - 21.
29. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej lm., tepsiben sült bundás kenyér	Csipketea, sonkakrém lm. margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej lm., kakaós kalács	Gyümölcstea, töki pompos lm. (kenyér lángos), lilahagyma	Tej lm., vajás-mézes barna zsemle
Tízórai	Gyümölcslé (100%-os)	Gyümölcs	új sárgarépa csíkok	Rostos lé	Gyümölcs
Ebéd	Lecsós sertésszelet Tökfőzelék lm.	Sült harcsafilé Tört burgonya	Tárkonyos pulykaleves lm. Almás kavart sütemény	Rakott brokkoli lm. (barna rizzsel)	Csirkés spagetti lm. reszelt uborkasaláta
Uzsonna	Citromos tea, fahéjas gyümölcsös kuskusz	Tej lm., házi szezámós rúd	Limonádé, csirkemell sonka, margarinos félbarna kenyér, uborka	Forralt tej lm., almás zabpelyhes keksz	Csipketea, kockasajt lm., teljes kiőrlésű kenyér

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. július 24 - 28.
30. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Tej lm., sárgabarack lekváros, briós	Gyümölcs tea, szárnyas májpástétom, teljes kiőrlésű kifli, jégcsapretek	Tejeskávé lm., vajás - mézes fehér kenyér	Gyümölcstea, felvágott, margarin, kenyér, paradicsom
Tízórai	Nektarin	Rostos lé	Gyümölcs	Citromos tea	Limonádé, Őszibarack
Ebéd	Tepsis pulykavagdalt Tejfölös burgonyafőzelék lm.	Húsgombóc leves Káposztás tészta	Házi rizses pulyka Reszelt uborkasaláta	Párolt sertéshús Meggymártás lm. Tört burgonya	Virslipörkölt Finomfőzelék lm.
Uzsonna	Tej lm., kockasajt lm., korpás kifli, uborka	Citromos tea, sonka, margarin, burgonyás kenyér, paradicsom	Forralt tej lm., vitaminos margarin, kukoricapelyhes kenyér, lilahagyma	Citromos tea, baromfi párizsi, margarinos barna zsemle, kaliforniai paprika	Tej lm., házi halkrémes lm. teljes kiőrlésű kenyér, vajretek

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. július 31 - augusztus 4.
31. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej lm., csirkemell sonka, margarinos teljes kiőrlésű kifli, uborka	Csipketea, főtt tojáskarikák, margarin, félbarna kenyér, paradicsom	Tej lm., vajás-lekváros teljes kiőrlésű zsemle	Citromos tea, főtt virsli, ketchup, kukoricapelyhes kenyér	Tej lm., felvágott, Vincellér kifli
Tízórai	Őszibarack	Limonádé, keksz	Nektarin	Alma	Gyümölcssaláta
Ebéd	Majorannás sertéssült Sárgarépa főzelék lm. Fehér kenyér	Fokhagymás csirkemell Burgonyapüré lm. Uborkasaláta	Zöldség erőleves Brokkolis-halas spagetti	Rántott sonka (tepsiben sült) Törtburgonya Befőtt	Lecsós csirkemáj Petrezselymes rizs
Uzsonna	Gyümölcstea, kenőmájas, burgonyás kenyér, retek	Kakaó lm., foszlós kalács	Citromos tea, kockasajt lm., margarinos fehér magos kenyér, tv. paprika	Natúr joghurt lm. gyümölcsdarabokkal, kifli	Csipketea, csirkemell sonka, vajás teljes kiőrlésű zsemle přitamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató