

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

## Gondozóház Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

# ÉTLAP

2023. Augusztus 7 - 13  
32. hét

|                | Hétfő                                                                                                      | Kedd                                                                                  | Szerda                                                                         | Csütörtök                                                                           | Péntek                                                                                            | Szombat                                                                                | Vasárnap                                                                                     |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Tejeskávé 2 dl,<br>mini vaj,<br>zsemle 1 db                                                                | Csipketea ,<br>baromfi párizsi,<br>minivaj,magkeverés<br>es kenyér 7 dkg,<br>vajretek | Gyümölcstea ,<br>meleg szendvics 7<br>dkg kenyérből                            | Csipketea ,<br>bundás kenyér 7 dkg<br>kenyérből                                     | Tej 2 dl,<br>mini ráma,<br>zsemle 1 db                                                            | Kakaó 2 dl,<br>mini vaj,<br>csirkemell sonka,<br>burgonyás kenyér 5<br>dkg,tv. paprika | Citromos tea<br>tojáskrémés teljes<br>kiőrlésű kenyér 7<br>dkg,<br>kaliforniai paprika       |
| <b>Tízórai</b> | Görögdinnye 15 dkg                                                                                         | Ivólé 100 %-os 2 dl                                                                   | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva, banán<br>kivételével)                       | Mini vaj, kifli 1 db                                                                | Ivólé 100 %-os 2 dl                                                                               | Limonádé<br>májkrémés kenyér 4<br>dkg                                                  | Görögdinnye 15 dkg                                                                           |
| <b>Ebéd</b>    | Karfiolleves<br>Bácskai rizses hús 5<br>dkg rizsből<br>Uborkasaláta                                        | Suhintott leves<br>Baromfi vagdalt<br>Kelkáposzta főzelék                             | Palócleves<br>Nudli 7 dkg fahéjjal                                             | Zellerkrémleves<br>Marhapörkölt<br>Tarhonya 5 dkg<br>tarhonyából<br>Kovászos uborka | Grízgaluskaleves<br>Cigánypecsenye<br>Tört burgonya 20<br>dkg<br>Házi vegyes vágott<br>savanyúság | Szárnys raguleves<br>Sajtos pogácsa 1 db                                               | Hús erőleves<br>Csirkemell<br>párizsiasan<br>Burgonyapüré 20<br>dkg<br>Csemegeuborka         |
| <b>Uzsonna</b> | Vajas hami rúd 4<br>dkg-nyi                                                                                | Molnárka ½ db                                                                         | Kockasajt, kifli 1 db                                                          | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva, banán<br>kivételével)                            | Alma 20 dkg                                                                                       | Őszibarack 15 dkg                                                                      | Ivólé 100 %-os 2 dl                                                                          |
| <b>Vacsora</b> | Citromos tea diab.,<br>nyári turista<br>felvágott,mini<br>ráma,fehér kenyér<br>10 dkg,<br>pritamin paprika | Tej 2 dl,<br>mini diab. jam,<br>zsemle 1 db                                           | Citromos tea ,<br>lilahagymás<br>körözött,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 ½ db | Tej 2 dl,<br>vajkrémés<br>búzacsírás bagett 7<br>dkg                                | Zöldtea<br>párizsi,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 ½ db,<br>tv. paprika             | Tej 2 dl,<br>lönchús konzerv,<br>fehér kenyér 7 dkg,<br>uborka                         | Gyümölcstea<br>kockasajt,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 10 dkg,<br>jégcsapretek |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

## Gondozóház Cukorbeteg

# ÉTLAP

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

2023. Augusztus 14 – 20.

33. hét

|                | Hétfő                                                                                                     | Kedd                                                                                              | Szerda                                                                                        | Csütörtök                                                                                   | Péntek                                                                                        | Szombat                                                                                    | Vasárnap                                                                             |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Tejeskávé. 2 dl,<br>kenőmájas,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 db,<br>uborka                               | Citromos tea<br>fokhagymás pirítás 7<br>dkg,<br>mini ráma                                         | Citromos tea<br>lecsó,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 7 dkg                                     | Kakaó 2 dl,<br>mini ráma,<br>májusi csemege<br>felvágott,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 db | Gyümölcstea<br>sajtkrémes<br>magkeverékes<br>kenyér 7 dkg,<br>pírtamin paprika                | Tej 2 dl,<br>Delma vitaminos<br>margarin,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 db,<br>paradicsom | Citromos tea ,<br>főtt tojás,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér 7 dkg,<br>uborka         |
| <b>Tízórai</b> | Őszibarack 15 dkg                                                                                         | Ivólé 100 %-os 2 dl                                                                               | Gyümölcslé 100<br>%-os 2 dl                                                                   | Limonádé<br>kockasajt, kenyér 4<br>dkg                                                      | Ivólé 100 %-os 2 dl                                                                           | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva, banán<br>kivételével)                                   | Limonádé<br>nápolyi 4 dkg                                                            |
| <b>Ebéd</b>    | Rizsleves<br>Sült kolbász<br>Zöldborsófőzelék                                                             | Reszelt tésztaleves<br>Vajon párolt<br>csirkemell<br>Majonézes<br>tésztasaláta 5 dkg<br>tésztából | Zöldségleves<br>Tejbegríz eternittel                                                          | Galuskaleves Rakott<br>karfiol                                                              | Tojásleves<br>Brassói<br>aprópecsenye<br>Forgatott burgonya<br>20 dkg<br>Vitamin saláta diab. | Zöldborsóleves<br>Tejfölös sertés comb<br>Csőtészta 5 dkg<br>tésztából                     | Kertészleves<br>Sült csirkecomb<br>Kukoricás rizs 5 dkg<br>rizsből<br>Csemege uborka |
| <b>Uzsonna</b> | Kifli 1 db, vaj                                                                                           | Sajtos perec 4 dkg-<br>nyi                                                                        | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva,<br>banán kivételével)                                      | Görögdinnye 15 dkg                                                                          | Alma 20 dkg                                                                                   | Májkrémes magvas<br>zsemle ½ db                                                            | Nektarin 15 dkg                                                                      |
| <b>Vacsora</b> | Zöldtea<br>májusi felvágott,<br>vitaminos margarin,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 10 dkg,<br>hónapos retek | Gyümölcstea ,<br>szendvics sonka,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű kenyér<br>10 dkg,<br>uborka    | Csipketea<br>Zala felvágott,<br>mini ráma,<br>kukoricapelyhes<br>kenyér 10 dkg,<br>paradicsom | Gyümölcstea,<br>sonka,<br>mini vaj,<br>zsemle 1 ½ db                                        | Joghurt,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű kifli 1<br>½ db                                     | Citromos tea,<br>házi halkrémes,<br>fehér kenyér 10 dkg,<br>lilahagyma                     | Zöldtea<br>csemege szalámi,<br>vajkrém,<br>félbarna kenyér 10<br>dkg,<br>paradicsom  |

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. Augusztus 21 – 27.

34. hét

|                | Hétfő                                                                                            | Kedd                                                                              | Szerda                                                                                    | Csütörtök                                                                              | Péntek                                                                                          | Szombat                                                          | Vasárnap                                                                                     |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Csipketea meleg<br>szendvics 7 dkg<br>kenyérből                                                  | Kakaó diab.2 dl,<br>sonkakrém,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 7 dkg,<br>tv. paprika | Citromos tea<br>tőcsni 1 db<br>fokhagymás tejföllel                                       | Csipketea<br>fűszeres májas,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 7 dkg,<br>uborka             | Csipketea<br>hamburgerhús,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 db,<br>vegyes zöldség                 | Tej 2 dl,<br>mini ráma,<br>búzacsírák bagett 5<br>dkg,<br>uborka | Gyümölcstea<br>turista szalámi,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 db,<br>vajretek |
| <b>Tízórai</b> | Ivólé 100 %-os 2 dl                                                                              | Nektarin 15 dkg                                                                   | Limonádé kockasajt,<br>kenyér 4 dkg                                                       | Alma 20 dkg                                                                            | Zsúrkenyér 4 dkg,<br>mini ráma                                                                  | Kockasajt,<br>kifli 1 db                                         | Limonádé<br>májkremes kenyér 4<br>dkg                                                        |
| <b>Ebéd</b>    | Májgaluska leves<br>Párolt szelet<br>Zöldbabfőzelék                                              | Sertés raguleves<br>Kakaós tekercs 1 db                                           | Francia<br>hagymaleves<br>Sült csirkecomb<br>Petrezselymes új<br>burgonya<br>Uborkasaláta | Reszelt tésztaleves<br>Bolognai spagetti 5<br>dkg tésztából                            | Őszibarackleves.<br>Rántott hal<br>Rizi-bizi 4 dkg<br>rizsből<br>Kisdinnye<br>savanyúság        | Daragaluska leves<br>Aprósült<br>Tökfőzelék                      | Zöldségleves<br>Csirkemell<br>párizsiasan<br>Tört burgonya 20<br>dkg<br>Uborkasaláta         |
| <b>Uzsonna</b> | Sajtos rúd 4 dkg-nyi                                                                             | Kefir, zsemle ½ db                                                                | Görögdiinnye 15 dkg                                                                       | Vajas kifli 1 db                                                                       | Alma 20 dkg                                                                                     | Ivólé 100 %-os 2 dl                                              | Őszibarack 15 dkg                                                                            |
| <b>Vacsora</b> | Gyümölcstea,<br>mini ráma,<br>Zala felvágott,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 10 dkg,<br>lilahagyma | Citromos tea ,<br>krémsajtos<br>császárs zsemle 1 db,<br>paradicsom               | Gyümölcstea<br>tavaszi rolád,<br>mini vaj,<br>félbarna kenyér 10<br>dkg,<br>vaj retek     | Zöldtea ,<br>májusi felvágott,<br>mini ráma,<br>korpás vekni 10<br>dkg,<br>tv. paprika | Tejeskávé . 2 dl,<br>csemege szalámi,<br>mini ráma,<br>burgonyás kenyér 7<br>dkg,<br>paradicsom | Gyümölcstea<br>Zala felvágott,<br>mini ráma,<br>zsemle 1 ½ db    | Citromos tea<br>párizsi krémes,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 ½ db,<br>kaliforniai paprika  |

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. Augusztus 28. - Szeptember 3.

35. hét

|                | Hétfő                                                                                         | Kedd                                                                                  | Szerda                                                                                           | Csütörtök                                                                                        | Péntek                                                                   | Szombat                                                                         | Vasárnap                                                                                             |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Reggeli</b> | Tej 2 dl,<br>tojás rántotta,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 5 dkg,<br>paradicsom                | Tej 2 dl,<br>mini ráma,<br>zsemle 1 db                                                | Kakaó . 2 dl,<br>mini ráma,<br>reszelt sajt,<br>burgonyás kenyér 5<br>dkg,<br>uborka             | Tejeskávé 2 dl,<br>főtt krinolin,<br>mustár,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 5 dkg                  | Citromos tea ,<br>kenyérlángos 7 dkg                                     | Tej 2 dl,<br>mini ráma,<br>zsemle 1 db                                          | Csipketea<br>zöldfűszeres<br>túrókrém,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 db,<br>retek                   |
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva, banán<br>kivételével)                                      | Májkrémes fehér<br>kenyér 4 dkg                                                       | Limonádé ,<br>margarinos kenyér 4<br>dkg                                                         | Nápolyi. 4 dkg                                                                                   | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva, banán<br>kivételével)                 | Gyümölcslé 100 %-<br>os 2 dl                                                    | Kockasajt, kifli 1 db                                                                                |
| <b>Ebéd</b>    | Zöldségleves<br>kurucosan<br>Fokhagymás sertés<br>pecsenye<br>Tejfölös<br>burgonyafőzelék     | Csurgatott<br>tésztaleves<br>Húsos rakott tészta<br>5 dkg tésztából<br>Csemege uborka | Árpagyöngyleves<br>Töltött paprika                                                               | Brokkoli krémleves<br>Szalonnás csirkemáj<br>Petrezselymes<br>burgonya 20 dkg<br>Kovászos uborka | Lebbencsleves<br>Rakott kelkáposzta                                      | Reszelt leves<br>Bakonyi<br>sertéstokány<br>Copfocska tészta 5<br>dkg tésztából | Csontleves<br>Rántott sertésszelet<br>Sárgarépas rizs 5 kg<br>rizsből<br>Csemege uborka              |
| <b>Uzsonna</b> | Ivólé 100 %-os 2 dl                                                                           | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva, banán<br>kivételével)                              | Nektarin 15 dkg                                                                                  | Őszibarack 15 dkg                                                                                | Vincellér kifli 1 db                                                     | Mini vaj,<br>vágott zsemle ½ db                                                 | Gyümölcs 15 dkg<br>(körte, szilva, banán<br>kivételével)                                             |
| <b>Vacsora</b> | Gyümölcstea ,<br>Olasz felvágott,<br>mini ráma,<br>magkeveréses<br>kenyér 10 dkg,<br>vajretek | Citromos tea,<br>szendvics sonka,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 10 dkg,<br>tv. paprika | Zöldtea,<br>Zala felvágott,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle 1 ½ db,<br>vegyes zöldség | Gyümölcstea<br>tepertőkrém,<br>fehér kenyér 10 dkg,<br>uborka                                    | Tej 2 dl,<br>párizsi,<br>mini ráma,<br>korpás vekni 7 dkg,<br>paradicsom | Zöldtea<br>halkrémes teljes<br>kiőrlésű kenyér 10<br>dkg,<br>lilahagyma         | Tej 2 dl,<br>májusi felvágott,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér 7 dkg,<br>přitamin paprika |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató