

ÉTLAP

2023. augusztus 28 - szeptember 1.
35. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Nyári szünet!				Tea diab., kenőmájas, szezámmagos zsemle 1 db, tv. paprika
Ebéd					Gulyásleves Párolt szelet Párolt vegyes zöldségköret 20 dkg
Uzsonna					Kefir, vajas teljes kiőrlésű kifli ½ db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

ÉTLAP

**2023. szeptember 4 - 8.
36. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé diab., baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Tea diab., zala felvágott, vajás zsemle 1 db, paradicsom	Tea diab., turista felvágott, zsemle 1 db	Tea diab., májusi felvágott, margarin, kenyér 7 dkg	Tea diab., bundás kenyér (7 dkg teljes kiőrlésű kenyérből)
Ebéd	Csontleves Bakonyi pulykatokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából	Mészárosleves Túrós metélt 5 dkg tésztából	Pásztorleves Csemege sertéssült Kaprok tökfőzelék	Almaleves diab. Bolognai spagetti 5 dkg tésztából	Tavaszeleves Rácbabpaprikás
Uzsonna	Sajtos perec 4 dkg-nyi	Főtt tojás karikák, margarinos teljes kiőrlésű bagett 4 dkg, uborka	Halkrémes teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, lilahagyma	Csirkemell sonka, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, tv. paprika	Puffasztott rizs 2 db, alma 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

ÉTLAP

2023. szeptember 11 - 15.

37. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea diab., májusi felvágott, margarinos kenyér 7 dkg	Natúr joghurt, teljes kiőrlésű kifli 1 db	Tea diab., melegszendvics (7 dkg teljes kiőrlésű kenyérből)	Tea diab., főtt tojás karikák, margarin, zsemle 1 db, paradicsom	Tea diab., párizsi, csészes margarin, zsemle 1 db, kaliforniai paprika
Ebéd	Zöldségleves Pulykatokány Zöldséges bulgur 5 dkg bulgurból	Újházi csirkeleves Sült csirkecomb Párolt vegyes zöldségköret 20 dkg	Tejfölös karfiolleves Lecsós csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Daragaluskaleves Párolt sertés ragu Tejfeles burgonyafőzelék	Köménymagleves Pirított kenyérkocka Rakott zöldbab
Uzsonna	Körözöttes teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, lilahagyma	Sonka, vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom	Családi májas, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Zala felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, uborka	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli 1 db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2023. szeptember 18 - 22.

38.hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea diab., hagymás rántotta, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, paradicsom	Tea diab., zala felvágott, margarin, kenyér 7 dkg	Kefir, teljes kiőrlésű kifli 1 db	Tea diab., sertés párizsi, magvas zsemle 1 db, retek	Tea diab., tojáskrém teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka
Ebéd	Zöldségleves Paprikás sertésszelet Sárgaborsófőzelék	Halgaluskaleves Káposztás kocka 5 dkg tésztaból cukor nélkül	Gombakrémleves Sült csirkecomb Angol köret 20 dkg	Paradicsomleves diab. Házi rizseshús 5 dkg rizsből Bajor saláta diab.	Húsleves Főtt sertéshús Sóskamártás diab. ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Sonka, margarin, kenyér 4 dkg	Csemege szalámi, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, uborka	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg	Halkrém teljes kiőrlésű kifli 1 db	Sajtos perec 4 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2023. szeptember 25 - 29.

39.hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé diab., soproni felvágott, zsemle 1 db	Tea diab., főtt tojás karikák, margarinos teljes kiőrlésű zsemle 1 db,	Tea diab., olasz felvágott, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Tea diab., párizsi, vajás zsemle 1 db	Tea diab., mexikói felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, retek
Ebéd	Kertészleves Frankfurti pulykatokány Párolt rizs 5 dkg rizsből	Zellerkrémleves Szerpenyős burgonya kolbásszal 20 dkg burgonyából Csemege uborka	Zöldséges gombaleves Rakott karfiol	Zöldborsóleves Marhapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Almapaprika	Lebbencsleves Székelykáposzta
Uzsonna	Zöldfűszeres túrókrém, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika	Májpástétom, fehér kenyér 4 dkg, lilahagyma	Sonka, margarin, kenyér 4 dkg	Zala felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, tv. paprika	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató