

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
GLUTÉNMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2023. szeptember 4 - 8.
36. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, sonkakrém, kenyér, tv. paprika	Kakaó, vajkrémes kenyér, gyümölcs	Zöldtea, Olasz felvágott, vitaminos margarin, kenyér, vajretek	Tejeskávé, vajas kenyér	Gyümölcstea, tojásos lecsó, kenyér
Ebéd	Tavaszi zöldségleves Rakott brokkoli Kenyér	Tejfölös zöldbableves Párolt szelet Burgonyapüré Bajor saláta	Szárnyas raguleves Túrósmetélt	Gombakrémleves pirított gm. kenyérkocka Sült csirkecomb Petrezselymes rizs Céklasaláta	Marhahúsleves Főtt marhaszelet Sóskamártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Ivólé, puffasztott rizsszelet	Májpástétom, kenyér, lilahagyma	Kockasajt, kenyér	Füstölt párizsi, light margarin, kenyér, uborka	Tavaszi felvágott, margarinos kenyér, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

ÉTLAP

2023. szeptember 11-15.
37. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, pulykasonkás szelet, vajkrémes kenyér, uborka	Tej, párizsi, margarin, kenyér, gyümölcs	Zöldtea, főtt tojás, light margarin, kenyér, lilahagyma	Kakaó, vajas kenyér, kaliforniai paprika gyümölcs	Citromos tea, csirkemellsonka, joghurtos margarin, kenyér, rettek
Ebéd	Galuskaleves Erdélyi rakott káposzta Kenyér	Rántott leves pirított gm. kenyérkockával Tejszínes pulykacomb Zöldséges orsótészta	Francia hagymaleves Sült cukkinis csirkecomb Petrezselymes rizs Paradicsom saláta	Gyümölcsleves Párolt sertésragu Hagymás tört burgonya Uborkasaláta	Sertésraguleves Túrótészta
Uzsonna	Gyümölcs, puffasztott rizsszelet	Kenőmájas, kenyér, tv. paprika	Halkrémes kenyér	Sajtos párizsi, kenyér, uborka	Zala felvágott, margarin, kenyér, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2023. szeptember 18 - 22.

38. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, tojásrántotta, kenyér	Tej, olasz felvágott, vajás kenyér, paradicsom	Tejeskávé, házi csirkemájkrém, kenyér, vegyes zöldség	Citromos tea, melegszendvics	Tej, vajás kenyér
Ebéd	Tavaszeleves Sonkás kocka Csemege uborka	Karalábéfőzelék Húsgombóc Kenyér Ivólé	Sárgaborsó krémleves pirított gm. kenyérkocka Zöldfűszeres halfilé Párolt rizs	Zöldségleves Pulyka aprópecsenye Joghurtos burgonyafőzelék Kenyér	Mészáros-leves Tejbegríz kukoricadarával
Uzsonna	Pöttyös túró rudi gyümölcs	Mazsolás krémtúró, kenyér	Margarinos kenyér, gyümölcs	Gyümölcs, puffasztott rizsszelet	Sonkakrém, kenyér, lilahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2023. szeptember 25 - 29.

39. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, margarinos-lekváros kenyér, gyümölcs	Tejeskávé, csemegezalámi, joghurtos margarin, kenyér, vajretek	Zöldtea, sajtkrémes kenyér, kaliforniai paprika	Kakaó, tojáskrémes kenyér, paradicsom	Tea, ízesített vajkrém, kenyér, tv. paprika
Ebéd	Zöldségleves Sertéspörkölt Kefires tökfőzelék Kenyér	Tojásleves Vadas marhatokány Csőtészta Gyümölcs	Szilvaleves Csirkemájás rizottó Uborkasaláta	Csontleves Fűszeres csirkemellfalatok Csőben sült karfiol	Bográcsgulyás Diós tészta
Uzsonna	Párizsi pástétom, kenyér, paradicsom	Pöttyös túró rudi, puffasztott rizsszelet	Májusi csemege, vitaminos margarin, kenyér	Vajas-mézes kenyér, alma	Halpástétom, kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!