

ÉTLAP

2024. január 1 - 5.
1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli		Gyümölcstea, főtt virsli, ketchup, kenyér	Kakaó lm., margarin, kenyér, póréhagyma	Tej lm., kockasajt lm., kenyér, jégcsapretek	Tej lm., ízesített margarin, kenyér, lilahagyma
Tízórai		Mandarin	Gyümölcslé	Narancs	Alma
Ebéd		Párolt sertésragu Finomfőzelék	Paprikás harcsafilé Párolt rizs Kapormártás	Rakott kelkáposzta	Sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborka
Uzsonna		Forralt tej lm., margarin, Zala felvágott, kenyér, savanyú káposzta	Gyümölcstea, házi májpástétom, kenyér, uborka	Csipketea, csirkemell sonka, margarin, kenyér	Csipketea, párizsi, margarin, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Glutén és laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2024. január 8 - 12.
2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, májusi felvágott, margarin, kenyér, reszelt sárgarépa	Tej lm., zala felvágott, kenyér, paradicsom	Tej lm., sült krinolin, ketchup, kenyér	Tej lm., lekváros-margarinos kenyér	Tej lm., sonkás rántotta, kenyér, savanyú káposzta
Tízórai	Banán	Narancs	Gyümölcslé	Mandarin	Alma
Ebéd	Tavaszi rizses hús Almakompót	Sült pulykamell csíkok Párolt sárgarépa Petrezselymes barna rizs	Palócleves (sertéshús) Diós tészta	Zöldfűszeres csirkemell Burgonyafőzelék Kenyér	Gyümölcsrizs
Uzsonna	Tej lm., natúr kukoricapehely	Citromos tea, paradicsomos halkrém kenyér	Csipke tea, sonka, margarinos kenyér, vegyes zöldség	Gyümölcstea, kockasajt lm., kenyér, retek	Gyümölcstea, párizsi, margarin, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Glutén és laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2024. január 15 - 19.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, csirkemell sonka, margarin, kenyér, reszelt alma	Tej lm., májpástétom, kenyér, póréhagyma	Tejeskávé lm., pulyka-húskrémes kenyér, paradicsom	Natúr joghurt lm. gyümölcs darabokkal, kenyér	Tej lm., felvágott, margarin, kenyér, uborka
Tízórai	Mandarin	Gyümölcslé	Banán	Narancs	Gyümölcssaláta
Ebéd	Párolt sertés ragu Tökfőzelék Kenyér	Hajdúsági pulykaleves Káposztás tészta	Rakott tök	Párolt csirkemell Zöldséges rizs Almakompót	Pirított csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka
Uzsonna	Forralt tej lm., Zala felvágott, margarin, kenyér	Gyümölcstea, májusi felvágott, kenyér, uborka	Gyümölcstea, kockasajt lm., kenyér, pritamin paprika	Citromos tea, mézes-margarinos kenyér	Csipketea, csirkemell sonka, margarinos kenyér, retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Glutén és laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2024. január 22 – 26.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej lm., tepsis bundás kenyér	Csipketea, sonkás rántotta, kenyér, paradicsom	Tej lm., sárgarépás margarin kenyér, tv. paprika	Tej lm., szendvics sonka, margarinos kenyér, tv. paprika	Tej lm., margarin, kenyér, paradicsom
Tízórai	Mandarin	Alma	Rostos ivólé (100%-os)	Almakompót	Gyümölcssaláta
Ebéd	Sütőtökös rizottó sajt nélkül	Sertéstokány Karfiolfőzelék Kenyér	Újházi csirkeleves Burgonyás tészta Csemege uborka	Párolt pulykamell Meggymártás Törtburgonya	Húsos tészta Csemege uborka
Uzsonna	Gyümölcstea, zala felvágott, margarin, kenyér	Forralt tej lm., baromfi párizsi, margarinos kenyér, vegyes zöldség	Csipketea, citromos halkrém kenyér	Citromos tea, kockasajt lm., kenyér, reszelt uborka	Gyümölcstea, házi kenőmájas, kenyér, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2024. január 29 – február 2.
5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej lm., kocka sajt lm., kenyér, tv. paprika	Gyümölcstea, zala felvágott, margarin, kenyér, vegyes zöldség	Kakaó lm., baromfi párizsi, margarin, kenyér, uborka	Tej lm., halpástétom, kenyér, zöldségek	Tej lm., sonka, margarin, kenyér, pritamin paprika
Tízórai	Ivólé (100%-os)	Narancs	Mandarin	Alma	Banán
Ebéd	Fűszeres csirkecomb Zöldséges rizs Befőtt	Főtt hús Paradicsommártás Sós burgonya	Sertésraguleves Káposztás tészta	Rakott sárgarépa Gyümölcslé	Párolt sertésragu Sütőtökfőzelék
Uzsonna	Zöldtea, házi májpástétom, kenyér, zöldhagyma	Forralt tej lm., margarinos-mézes kenyér	Csipketea, mustáros tojáskrém, kenyér, paradicsom	Citromos tea, kocka sajt lm., kenyér, retek	Gyümölcstea, májusi felvágott, margarin, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!