

ÉTLAP

2024. január 1 - 5.
1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli		Gyümölcstea, főtt virsli, ketchup, korpás vekni	Kakaó rizsitalból, májusi felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, póréhagyma	Rizsital, pulykafelvágott, margarin, fehér kenyér, jégcsapretek	Rizsital, főtt tojás karikák, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma
Tízórai		Mandarin	Gyümölcslé	Narancs	Alma
Ebéd		Pulykavagdalt Finomfőzelék	Paprikás harcsafilé Párolt rizs Kapormártás	Rakott kelkáposzta	Sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborka
Uzsonna		Rizsital, margarin, Zala felvágott, zsemle, savanyú káposzta	Gyümölcstea, házi májpástétom, zsemle, uborka	Csipketea, sonka, margarin, zsemle	Csipketea, párizsi, margarin, félbarna kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejfehérje mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2024. január 8 - 12.
2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, májusi felvágott, margarin, vágott zsemle, reszelt sárgarépa	Rizsital, zala felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Rizsital, sült krinolin, ketchup, félbarna kenyér	Rizsital, lekváros-margarinos zsemle	Rizsital, sonkás rántotta, félbarna 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 Fehér kenyér	Gyümölcsrizs
Uzsonna	Rizsital, natúr kukoricapehely	Citromos tea, paradicsomos halkrém, burgonyás kenyér	Csipke tea, sonka, margarinos zsemle, vegyes zöldség	Gyümölcstea, pulykafelvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, retek	Gyümölcstea, párizsi, margarin, burgonyás 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
Tejfehérje mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2024. január 15 - 19.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, sonka, margarin, kenyér, reszelt alma	Rizsital, májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, póréhagyma	Tejeskávés rizsitalból, pulyka-húskrém, burgonyás kenyér, paradicsom	Tea, főtt tojás karikák, margarin, kenyér	Rizsital, felvágott, margarin, kenyér, uborka
Tízórai	Mandarin	Gyümölcsle	Banán	Narancs	Gyümölcssaláta
Ebéd	Húsgombóc Tökfőzelék Fehér kenyér	Hajdúsági pulykaleves Káposztás tészta	Rakott tök	Párolt csirkemell Zöldséges bulgur Almakompót	Pirított csirkemáj Tört burgonya Csemege uborka
Uzsonna	Rizsital, zala felvágott, margarin, kenyér	Gyümölcstea, májusi felvágott, kukoricapelyhes kenyér, uborka	Gyümölcstea, pulykafelvágott, margarin, zsemle, pritamin paprika	Citromos tea, mézes-margarinos köleses kenyér	Csipketea, csirkemell sonka, margarinos félbarna 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
Tejfehérje mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2024. január 22 - 26.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Rizsital, tepsis bundás kenyér	Csipketea, sonkás rántotta, mixes zsemle, paradicsom	Rizsital, sárgarépas margarin teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Rizsital, szendvics sonka, margarinos vágott zsemle, tv. paprika	Rizsital, májusi felvágott, margarin, korpás vekni, paradicsom
Tízórai	Mandarin	Alma	Rostos ivólé (100%-os)	Almakompót	Gyümölcssaláta
Ebéd	Sütőtökös rizottó sajt nélkül	Sertéstokány Karfiolfőzelék Félbarna kenyér	Újházi csirkeleves Burgonyás tészta Csemege uborka	Párolt pulykamell Meggymártás Törtburgonya	Húsos tészta Csemege uborka
Uzsonna	Gyümölcstea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Rizsital, baromfi párizsi, margarinos fehér kenyér, vegyes zöldség	Csipketea, citromos halkrém, burgonyás kenyér	Citromos tea, pulykafelvágott, margarin, kenyér, reszelt uborka	Gyümölcstea, házi kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejfehérje mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2024. január 29 – február 2.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Rizsital, sonka, margarin, kukoricapelyhes kenyér, tv. paprika	Gyümölcstea, Zala felvágott, margarin, zsemle, vegyes zöldség	Kakaó rizsitalból, baromfi párizsi, margarin, burgonyás kenyér, uborka	Rizsital, halpástétom, kenyér, zöldségek	Rizsital, sonka, margarin, kenyér, pritamin paprika
Tízórai	Ivólé (100%-os)	Narancs	Mandarin	Alma	Banán
Ebéd	Fűszeres csirkecomb Zöldséges rizs Befőtt	Búzacsírás húsgombóc Paradicsommártás Sós burgonya	Májgaluskaleves Káposztás tészta	Rakott sárgarépa Gyümölcslé	Zabpelyhes Stefánia vagdalt Sütőtökfőzelék
Uzsonna	Zöldtea, házi májpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Rizsital, margarinos-mézes kenyér	Csipketea, mustáros tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Citromos tea, zala felvágott, margarin, zsemle, rettek	Gyümölcstea, májusi felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató