

ÉTLAP

2024. január 1 - 5.
1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Gyümölcs tea, körözött, kenyér, kaliforniai paprika	Tejeskávé, sonka, kenyér, jégcsapretek	Zöldtea, melegszendvics kivi	Tej, ízesített vajkrém, kenyér
Ebéd		Citromos kerti leves Aprósült Tört burgonya Céklasaláta	Kalocsai gulyásleves Káposztás tészta	Pulyka aprópecsenye Lencsefőzelék Ivólé Kenyér	Gyümölcsleves Sült csirkecomb Párolt rizs Párolt zöldség
Uzsonna		Ivólé, vajás kenyér	Zala felvágott, margarin, kenyér, zöldhagyma	Kefír, kenyér	Baromfi párizsi, margarin, kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Óvodai konyhák
GLUTÉNMENTES

É T L A P

2024. január 8 - 12.
2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, Alpesi szalámi, margarinos kenyér, kaliforniai paprika	Tej, margarin, kenyér, reszelt sajt	Tej, vajás kenyér	Gyümölcstea, sült debreceni kolbász, mustár, kenyér	Tea, melegszendvics
Ebéd	Kelkáposztaleves virslivel Gránátos kocka Csemege uborka	Aprósült Szemesbabfőzelék Ivólé Kenyér	Brokkolikrémleves pirított gm. kenyérkocka Pirított csirkemáj Petrezselymes rizs Uborka saláta	Húsleves Főtt sertésszelet Parajmártás Főtt burgonya	Paradicsomleves Sertéspörkölt Párolt rizs Savanyúkáposzta Gyümölcs
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet, alma	Margarinos kenyér, soproni felvágott, paradicsom	Házi sajtkrém, kenyér, jégcsapretek	Kefir, kenyér, narancs	Pöttyös túrórudi, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák GLUTÉNMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2024. január 15 - 19.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, sonkakrém, kenyér, tv. paprika	Csipketea, csemege szalámi, sajtkrém, kenyér, uborka	Tej, margarinos-mézes kenyér banán	Tej, tojáskrém, kenyér, paradicsom	Zöldtea, főtt virsli, mustár, kenyér
Ebéd	Sertésraguleves Káposztás tészta	Pulyka aprópecsenye Tejfölös burgonyafőzelék Kenyér Ivólé	Meggyleves Paprikás sült harcsaszelet Kukoricás rizs Csemege uborka	Csontleves Töltött paprika Kenyér	Gombakrémleves pirított gm. kenyérkoka Spanyol csirke Burgonyapüré Uborkasaláta
Uzsonna	Szardíniakémes kenyér, uborka	Joghurt, kenyér	Sonka, margarin, kenyér, vajretek	Zala felvágott, margarin, kenyér, paradicsom	Lekváros kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Óvodai konyhák
GLUTÉNMENTES

ÉTLAP

2024. január 22 - 26.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, natúr kukoricapehely, vajás kenyér	Csipketea, tojásrántotta, kenyér	Kakaó, kenyér	Tej, olasz felvágott, vajás kenyér, uborka	Citromos tea, zala felvágott, margarin, kenyér, jégcsapretek
Ebéd	Zöldségleves Sertéspörkölt Kefíres tökfőzelék Kenyér	Sertésraguleves Húsos tészta Csemege uborka	Borsópürekremleves pirított gm. kenyérkocka Natúr csirkemáj Petrezselymes burgonya Kenyér Mandarin	Tavaszeleves Mézes-mustáros csirkemell Párolt rizs Párolt kelbimbó	Mészáros-leves Túrós tészta
Uzsonna	Baromfipárizsi, margarinos kenyér, tv. paprika	Sonkakrémes kenyér, alma	Körözött, kenyér	Sonka, margarin, kenyér, kaliforniai paprika	Kockasajt, kenyér, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2024. január 29 - február 02.
5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, kenyér alma	Csipketea, főtt tojás, vajás kenyér, uborka	Kakaó, kenyér	Tej, turista felvágott, kenyér, paradicsom	Tea, melegszendvics
Ebéd	Zöldségleves Lecsós csirkemell Karfiolfőzelék Kenyér	Palócleves Húsos tészta Csemege uborka	Zöldséges burgonyaleves Rakott sárgarépa Kenyér Banán	Tavaszeleves Vadász pulykaragu Fűszeres burgonya Csemegeuborka	Gulyásleves Túrótészta
Uzsonna	Zala felvágott, margarinos kenyér, píritamin paprika	Vitaminos margarin, kenyér, reszelt sajt	Pápai sonka, margarinos kenyér	Sajtkrém, kenyér, körte	Májpástétom, kenyér, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!