

ÉTLAP

2024. január 1 - 5.
1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Gyümölcs tea, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tea, löncsfelvágott, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Zöldtea, sonka, margarin, kenyér, uborka	Rizsital, ízesített margarin, vágott zsemle
Ebéd		Citromos kerti leves Aprósült Tört burgonya Céklasaláta	Kalocsai gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta	Pulyka aprópecsenye Lencsefőzelék Ivólé Köleses kenyér	Gyümölcsleves Sült csirkecomb Kuszkusz Párolt zöldség
Uzsonna		Ivólé, margarinos zsemle	Zala felvágott, margarin, zsemle, zöldhagyma	Pulykafelvágott, margarin, kenyér, reték	Baromfi párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Óvodai konyhák
TEJ ÉS TOJÁSMENTES

ÉTLAP

2024. január 8 - 12.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Rizsital, Alpesi szalámi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Rizsital, margarinos zsemle, sonka	Rizsital, zala felvágott, margarinos zsemle	Gyümölcstea, sült debreceni kolbász, mustár, korpás kenyér	Tea, párizsi, margarin, kenyér, retek
Ebéd	Kelkáposztaleves virslivel Gránátos kocka Csemege uborka	Aprósült Szemesbabfőzelék Ivólé Teljes kiőrlésű kenyér	Brokkolikrémleves pirított kenyérkocka Pirított csirkemáj Petrezselymes rizs Uborka saláta	Húsleves Főtt sertésszelet Parajmártás Főtt burgonya	Paradicsomleves Sertéspörkölt Párolt rizs Savanyúkáposzta Gyümölcs
Uzsonna	Müzliszelet, alma	Margarinos korpás zsemle, soproni felvágott, paradicsom	Házi húskrém, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Felvágottkrémes teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Óvodai konyhák
TEJ ÉS TOJÁSMENTES

ÉTLAP

2024. január 15 - 19.
3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Rizsital, sonkakrém, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, csemege szalámi, margarin, zsemle, uborka	Rizsital, margarinos-mézes kenyér banán	Rizsital, tojáskrém, zsemle, paradicsom	Zöldtea, főtt virsli, mustár, kenyér
Ebéd	Sertésraguleves Káposztás tészta	Pulyka aprópecsenye Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Meggyleves Paprikás sült harcsaszelet Kukoricás rizs Csemege uborka	Csontleves Főtt hús Főtt burgonya Paradicsommártás Burgonyás kenyér	Gombakrémleves pirított kenyérkocka Spanyol csirke Tört burgonya Uborkasaláta
Uzsonna	Szardíniakémes kenyér, uborka	Párizsi, margarin, zsemle, retek	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, vajretek	Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Lekváros teljes kiőrlésű kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Óvodai konyhák
TEJ ÉS TOJÁSMENTES

ÉTLAP

2024. január 22 - 26.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Rizsital, múzli, margarinos zsemle	Csipketea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Rizsital, szalámi, margarinos zsemle	Tea, olasz felvágott, margarinos zabos kenyér, uborka	Citromos tea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér jégcsapretek
Ebéd	Széchenyi-leves Sertéspörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertéraguleves Kuszkuszos metélt Gyümölcsízzel	Borsópürekremleves pirított kenyérkocka Natúr csirkemáj Petrezselymes burgonya Teljes kiőrlésű kenyér Mandarin	Tavaszeleves Mézes-mustáros csirkemell Párolt rizs Párolt kelbimbó	Mészáros-leves Káposztás tészta
Uzsonna	Baromfipárizsi, margarinos korpás zsemle, tv. paprika	Sonkakrém kenyér, alma	Diákcsemege, margarin, zsemle	Tonhalpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Sonka, margarin, kenyér, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TEJ ÉS TOJÁSMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

ÉTLAP

2024. január 29 - február 02.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Rizsital, sonka, zsemle alma	Csipketea, sonkakrém, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Rizsital, párizsi, margarin, zsemle	Tea, turista felvágott, korpás zsemle, paradicsom	Tea, sonka, margarin, kenyér, uborka
Ebéd	Zöldségleves Lecsós csirkemell Karfiolfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Palócleves Húsos tészta Csemege uborka	Zöldséges burgonyaleves Rakott sárgarépa Teljes kiőrlésű kenyér Banán	Tavaszeleves Vadász pulykaragu Fűszeres burgonya Csemegeuborka	Gulyásleves galuska nélkül Grízes metélt ízzel
Uzsonna	Zala felvágott, margarinos köleses kenyér, pritamin paprika	Margarin, burgonyás kenyér, párizsi	Pápai sonka, margarinos vágott zsemle	Felvágottkrém, teljes kiőrlésű kenyér, körte	Májpastétom, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató