

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Napsugár Bölcsőde konyhája**

**Tej, tojásmentes**

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

# É T L A P

**2017. december 4 – 8.**

**49. hét**



	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Reggeli</b>	Citromos tea, szendvics sonka, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Tejeskávé, sült krinolin, ketchup, félbarna kenyér	Gyümölcsstea, pulykahúskrém teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tea, főtt virsli, mustár, molnárka	Citromos tea, marhapárizsi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér
<b>Tízórai</b>	Csipketea, alma	Gyümölcsstea, narancs	Gyümölcsstea, banán	Csipketea, alma	Gyümölcsstea, mandarin
<b>Ebéd</b>	Aprósült Petrezselymes burgonya Reszelt uborkasaláta	Párolt szelet Karfiolfőzelék	Palócleves Grízmetélt ízzel	Sült pulykacomb Sárgarépa-főzelék	Bácskai rizseshús Házi vegyesvágott savanyúság
<b>Uzsonna</b>	Zala felvágott, margarin, zsemle, rettek	Csipketea, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Tej, felvágottkrém zsemle, kaliforniai paprika	Gyümölcsstea, szardíniakrém kukoricapelyhes kenyér, uborka	Tej, sárgarépás margarinkrém, korpás kenyér, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

# É T L A P

**2017. december 11 – 15.**

**50. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Reggeli</b>	Kakaó, margarinos zsemle	Csipketea, főtt virsli, mustár, mixes zsemle	Tej, párizsikrémes, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Citromos tea, sonka, margarin, kenyér, uborka	Tej, Zala felvágott, margarinos kenyér, paradicsom
<b>Tízórai</b>	Rostos ivólé (100%-os)	Gyümölcstea, banán	Citromos tea, alma	Gyümölcssaláta	Csipketea, mandarin
<b>Ebéd</b>	Fűszeres pulykamell Tört burgonya Tavaszi saláta	Gulyásleves galuska nélkül Diós tészta	Rakott kelkáposzta	Zöldfűszeres halfilé Petrezselymes rizs Trópusi befőtt	Főtt csirkecomb Tökfőzelék Mandarin
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcstea, sonkakrémes teljes kiőrlésű zsemle, reszelt sárgarépa	Tej, májusi felvágott, margarin, korpás vekni, uborka	Csipketea, halkrémes, burgonyás kenyér, jégcsapretek	Tejeskávé, mézes zsemle	Gyümölcstea, kolbászkrémes teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**Napsugár Bölcsőde konyhája**  
**Tej, tojásmentes**

# É T L A P

2017. december 18 - 22

51. hét

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Reggeli</b>	Gyümölcsstea, főtt tojás, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Kakaó, baromfi párizsi, margarinos burgonyás kenyér, uborka	Citromos tea, zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Tejeskávé, margarinos rozsos kenyér, píritott dió	Citromos tea, Olasz felvágott, ízesített margarinkrém, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom
<b>Tízórai</b>	Citromos tea, mandarin	Gyümölcslé	Gyümölcsstea, alma	Csipketea, narancs	Gyümölcsstea, banán
<b>Ebéd</b>	Aprósült Zöldborsófőzelék	Sajtos csirkecomb Burgonyapüré Sült mézes alma	Sertésraguleves Káposztás tészta	Majorannás pulykasült Sárgarépás rizs	Rakott zöldbab
<b>Uzsonna</b>	Tej, müzliszelet	Csipketea, sertésmájkrémes korpás zsemle, fekete retek	Tej, csirkemellsonka, margarinos burgonyás kenyér tv. paprika	Gyümölcsstea, szardíniakrém, teljes kiőrlésű zsemle	Tej, baromfi májas vágott zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2017. december 25 - 29  
52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli			Tejeskávé, margarinos zsemle	Csipketea, főtt virsli, mustár, teljes kiörlésű kenyér	Kakaó, löncskrémes vágott zsemle, tv. paprika
Tízórai			Csipketea, alma	Gyümölcstea, banán	Citromos tea
Ebéd			Rostos ivólé Zöldséges-csirkés spagetti	Húsleves Főtt pulykahús Tört burgonya Almabefőtt Banán	Aprósült Petrezselymes rizs Almás céklasaláta
Uzsonna			Gyümölcstea, sonka, margarinos teljes kiörlésű zsemle, tv. paprika	Tej, müzliszelet	Gyümölcstea, májkrémes teljes kiörlésű kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!