

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

70g CHO

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P



2017. december 4-8.

49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai					
Ebéd	Zöldséges tarhonyaleves Bakonyi pulykatokány Párolt rizs 6 dkg rizsből	Zöldségleves Szatmári rakott burgonya 20 dkg Csemege uborka Ivólé 100 %-os 2 dl	Tavaszi leves Bolognai spagetti 6 dkg tésztából Mandarin 20 dkg	Daragaluska leves Majorannás csirkesült Tejfölös zöldbabfőzelék Kenyér 3 dkg	Suhintott leves Erdélyi rakott káposzta Narancs 15 dkg
Uzsonna					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

70g CHO

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2017. december 11-15.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai					
Ebéd	Paradicsomleves Pirított sertésmáj Sós burgonya 20 dkg Kovászos uborka Ivólé 100 %-os 2 dl	Húsgombóc leves Tejberizs kakaós-fahéjas glikononnal Alma 15 dkg	Reszelt leves Rántott halfilé Zöldséges bulgur 6 dkg bulgurból Tartármártás	Kertészleves Natúr sertésszelet Kefires tökfőzelék Kenyér 3 dkg	Köménymagleves Sült hurka Sült kolbász ½ adag párolt káposzta ½ adag főtt burgonya 20 dkg Alma 15 dkg
Uzsonna					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Cukormentes

70g CHO

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2017. december 18-22.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai					
Ebéd	Lebbencsleves Stefánia vagdalt Sárgaborsó főzelék Mandarin 10 dkg	Brokkoli krémleves Vajas csirkemell Sárgarépás kuskusz 5 dkg kuskuszból Diabetikus befőtt Ivólé 100 %-os 2 dl	Rizsleves Pulyka brassói 20 dkg burgonyából Savanyú káposzta Narancs 15 dkg	Csontleves Zöldséges lasagne 6 dkg tésztából Alma 15 dkg	Szárnyasragu-leves Mákos tészta 6 dkg tésztából glikononnal Mandarin 10 dkg
Uzsonna					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2017. december 25-29.
 52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
Tízórai						
Ebéd				Marha erőleves Töltött káposzta Kenyér 3 dkg Mandarin 10 dkg	Árpagyöngyleves Lecsós csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Csemegeuborka Alma 15 dkg	Mészáros-leves Gránátos kocka Alma 10 dkg
Uzsonna						

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!