

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Gondozóház**

**Könnyű, vegyes étrend**

# É T L A P

2018. január 1 – 7.

1. hét



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Csipketea, kockasajt mini ráma, fehér kenyér, paradicsom	Zöldtea, sült tarja teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, kemencés lángos	Kakaó, sajtos párizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle, póréhagyma	Gyümölcstea, kocsonya fehér kenyér	Zöldtea, körözött, korpás kifli,	Tejeskávé, hamburger hús, puffancs vegyes zöldség
<b>Tízórai</b>	Narancs	Ívólé	Mandarin	Túró rúdi	Kockasajt, kifli	Banán	Gyümölcsle
<b>Ebéd</b>	Marhaerőleves Búbos hús Rizi-bizi Csemege uborka	Zöldségleves Sertéspörkölt Lencsefőzelék	Tojásleves Brassói apró pecsenye Forgatott burgonya Céklasaláta	Karalábéleves Debreceni pulykatokány Orsó tészta Vegyesvágott savanyúság	Daragaluskaleves Házi rizseshús Almapaprika	Reszelt tésztaleves Csirkepaprikás Nokedli	Húspüréleves Sertés csülök pékne módra Csemege uborka
<b>Uzsonna</b>	Nápolyi	Alma	Sajtos rúd	Körte	Kenőmájas kenyér	Gyümölcsle	Kefir, kifli
<b>Vacsora</b>	Gyümölcstea, mini ráma, turista szalámi, burgonyás kenyér tv paprika	Kakaó, mini vaj, briós	Gyümölcstea, vaníliaa mazsolás túrókrém, teljes kiőrlésű kifli	Sült hurka fehér kenyér csemege uborka	Tej, mini vaj, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Gyümölcstea, marhapárizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Citromos tea, tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsap retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Molnár Judit

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

# É T L A P

2018. január 8 – 14.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Zöldtea, tepertőkrém, kukoricapelyhes kenyér, tv. paprika	Karamellás tej csirkemellsonka, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér , vajretek	Gyümölcsstea, gomolya sajt, mini ráma, fehér kenyér, paradicsom	Tej, mini vaj , foszlós kalács	Csipketea, zöldfűszeres túrókrém, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, mini ráma, főtt tojás, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Zöldtea, főtt virsli , mustár, fehér kenyér
<b>Tízórai</b>	Ívólé	Narancs	Gyümölcslé	Mini méz ,zsemle	Banán	Vaniliás teasütemény	Graham kifli
<b>Ebéd</b>	Kertészleves Székelykáposzta	Szárnyasraguleves Nudli	Kelbimbó leves Lecsós csirkemáj Sós burgonya Almapaprika	Gombakrémleves Töltött csirkecomb Kukoricás rizs Vegyesvágott savanyúság	Magyaros burgonyaleves Rakott karfiol	Húsleves Főtt hús Parajmártás ½ adag sós burgonya	Zöldborsóleves Gyümölcsös pulykamell Burgonyapüré Céklasaláta
<b>Uzsonna</b>	Vincellér kifli	Kockasajt, kifli	Alma	Mandarin	Nápolyi	Molnárka	Gyümölcslé
<b>Vacsora</b>	Rántott sajt , párolt rizs tartár mártás	Citromos tea, házi kenőmájás, burgonyás kenyér, uborka	Kakaó, Házi sajtos pogácsa	Zöldtea, vanília pudingos öntött kifli	Karamellás tej, májusi felvágott, mini ráma, burgonyás kenyér	Gyümölcsös joghurt, kifli	Gyümölcsstea, halkonzerv, teljes kiőrlésű kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2017. január 15 – 21.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tejeskávé, mini ráma, kakaós kifli	Gyümölcstea, melegszendvics	Kakaó, tükörtojás fehér kenyér, paradicsom	Csipketea, pirítós fűszeres margarinkrém, lilahagyma	Karamellás tej, mini ráma, kuglof	Gyümölcstea, bundáskenyér	Tej, szárnyas májkrém, kukoricapelyhes kenyér, paradicsom
<b>Tízórai</b>	Májkrémes kenyér	Gyümölcslé	Nápolyi	Kefir, kifli	Alma	Háztartási keksz	Kivi
<b>Ebéd</b>	Árpagyöngyleves Baromfi vagdalt Kelkáposzta - főzelék	Szilvaleves Szerb rakottészta	Lebbensleves Pulykarizottó Házi káposztasaláta	Paradicsomleves Zöldfűszeres Rántott hal Tört burgonya Céklasaláta	Töltike leves Sült pulykacomb Zöldborsófőzelék	Tárkonyos csirkeleves Túrógombóc	Kertész-leves Cigánypecsenye Petrezselymes burgonya Csemege uborka
<b>Uzsonna</b>	Narancs	Kockasajt ,kifli	Mandarin	Ívólé	Kakaós csiga	Banán	Gyümölcs joghurt
<b>Vacsora</b>	Pásztortarhonya csemege uborka	Csokis tej mini ráma, búzacsírás bagett	Csipketea, szendvics sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Nudli (lekvárral)	Gyümölcstea, tavaszi vagdalt hús, teljes kiőrlésű kenyér, póréhagyma	Zöldtea, marhapárizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Csipketea, sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér,, vajretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Molnár Judit

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

# ÉTLAP

2018. január 22 – 28.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Gyümölcsstea, pizza	Tejeskávé, mini vaj, kakaós kalács	Csipketea, sonkás tojás rántotta, fehér kenyér, paradicsom	Tej, mini ráma, nagy kifli, uborka	Gyümölcsstea, sajtos tejfölös lángos	Csokis tej, sajtos párizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Csipketes, főtt krinolin, mustár, teljes kiőrlésű kenyér
<b>Tízórai</b>	Ívólé	Kivi	Narancs	kockasajt, zsemle	Gyümölcslé	Mandarin	Mini méz, kifli
<b>Ebéd</b>	Suhintott leves Csemege sertéssült Finomfőzelék	Májgaluskaleves Serpényös burgonya kolbásszal Vegyesvágott savanyúság	Palócleves Mákos tekercs	Köménymagos leves Ránott sertéskaraj Párolt rizs Őszibarack befőtt	Zöldségleves kurucosan Sólet	Bográcsgulyás Tejbegríz	Mészáros - leves Sajtos csirkemell Zöldséges bulgur
<b>Uzsonna</b>	Banán	Nápolyi	Hami rúd	Alma	Csoki	Kenőmájas kenyér	Körte
<b>Vacsora</b>	Zúza pörkölt , párolt rizs, almapaprika	Zöldtea, fahéjas csiga	Karamellás tej, májusi felvágott, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér	Sajtos spagetti	Zöldtea, túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle	Gyümölcsstea, csemege szalámi, mini ráma, fehér kenyér, uborka	Pudingos tej, mini ráma, búzacsírás bagett

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2018. január 29. február 4.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Gyümölcsstea, tojásos lecsó	Tej, joghurtos margarin, mixes zsemle, vajretek	Zöldtea, sült szalonna, burgonyás kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcsstea, Zala felvágott, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csipketea, tósni, fokhagymás tejföl, fehér kenyér	Karamellás tej, Pápai sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle	Tejeskávé, mini vaj, kúglóf
<b>Tízórai</b>	Mini vaj, kifli	Sajtos rúd	Gyümölcsle	Mandarin	Ívólé	Kockasajt, kifli	Múzli szelet
<b>Ebéd</b>	Sárgaborsó krémleves kolbásszal Gránátos kocka Almapaprika	Tarhonyaleves Fokhagymás pulykahús Tejfölös tökfőzelék	Csirkebecsinált leves Almás béles	Zellerkrémleves Nagykőrösi egytálétel	Francia hagymaleves Pulykapörkölt Copfocska tészta Céklasaláta	Zöldségleves Rántott csirkemáj Burgonyapüré Csemege uborka	Széchenyi-leves Póréhagymás csirkecomb Sárgarépás rizs Trópusi befőtt
<b>Uzsonna</b>	Narancs	Banán	Kenőmájás kenyér	Ostya szelet	Sajtos pereg	Gyümölcsle	Narancs
<b>Vacsora</b>	Rizsfelfűjt	Csipketea, csirkemellsonka, mini vaj, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Csokis tej, párizsikrémes, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Sült csirkecomb, kukoricás rizs almapaprika	Natur joghurt, margarinos rozsos kenyér	Gyümölcsstea, barackos túrókrém, vágott zsemle	Citromos tea, tavaszi sajtos rolád, mini vaj, teljes kiőrlésű kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!