

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

**2018. március 5 – 10.**

**10. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>	<b>Szombat</b>
<b>Reggeli</b>	Gyümölcs tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tej, párizsikrémes zsemle, uborka	Csipketea, Zala felvágott, margarinos burgonyás kenyér, jégcsapretek	Tej, pulykahúsos szendvics	Tea, májusi felvágott, margarinos vágott zsemle	Tej, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika
<b>Tízórai</b>	Gyümölcs tea, narancs	Banánturmix	Citromos tea, körte	Zöldtea, alma	Citromos tea, banán	Citromos tea, mandarin
<b>Ebéd</b>	Aprósült Salátafőzelék	Natúr szelet Zöldséges kuskusz Céklasaláta	Párolt szelet Brokkolis rizs Befőtt	Gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta	Sütőtökös rizottó sajt nélkül	Rakott zöldbab
<b>Uzsonna</b>	Karamellás tej, margarinos rozsos kenyér, paradicsom	Csipketea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Kakaó, párizsi, margarinos félbarna kenyér, kalifornia paprika	Gyümölcs tea, felvágottkrémes teljes kiőrlésű zsemle, vegyes zöldségek	Tejeskávé, sonka, burgonyás kenyér	Citromos tea, szardíniakrémes teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

# É T L A P

**2018. március 12 – 16.**

**11. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Reggeli</b>	Citromos tea, zala felvágott, margarin, burgonyás kenyér, paradicsom	Tej, margarinos-lekváros zsemle	Csipketea, főtt krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	 <p><b>Március 15.</b></p>	<b>MUNKASZÜNETI NAP</b>
<b>Tízórai</b>	Csipketea, banán	Gyümölcstea, alma	Rostoslé		
<b>Ebéd</b>	Főtt pulykamell Zöldborsófőzelék	Zöldfűszeres halfilé Tört burgonya Sárgarépás uborkasaláta	Raguleves Grízes metélt ízzel		
<b>Uzsonna</b>	Karamellás tej, házi húskrémes teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Gyümölcstea, sonkkrémes teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Tejeskávé, párizsikrémes kenyér, vegyes zöldség		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2018. március 19 - 23

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, zala felvágott, margarin, korpás zsemle, jégcsapretek	Citromos tea, felvágott csíkok, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pirosarany	Vaníliás tej, sonka, zöldfűszeres margarin, fehér kenyér, reszelt uborka	Csipketea, májusi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Kakaó, margarinos zsemle
Tízórai	Gyümölcsstea, narancs	Reszelt alma	Citromos tea, körte	Gyümölcsstea, mandarin	Csipketea, mandarin
Ebéd	Köményes sertéssült Kelkáposzta főzelék	Húsos tészta Csemege uborka	Aprósült Tört burgonya Befőtt	Házi rizseshús Tavaszi saláta	Vajas pulykamell Sárgarépa főzelék
Uzsonna	Csipketea, pulykahúskrém teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tejeskávé, margarinos félbarna kenyér, lilahagymás savanyúkáposzta	Gyümölcsstea, almapüré banánnal, teljes kiőrlésű kenyér	Párizsi, margarinos zsemle, rettek	Citromos tea, szerdínia krém magkeverékes kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

**Napsugár Bölcsőde konyhája**  
Tej, tojásmentes

# É T L A P

2018. március 26 – 30.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>	Citromos tea, mustáros kolbászkrémes, teljes kiőrlésű kenyér, hónapos retek	Karamellás tej, margarinos zsemle	Gyümölcsstea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, májusi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér	<b>NAGYPÉNTEK MUNKASZÜNETI NAP</b>
<b>Tízórai</b>	Gyümölcsle	Banánturmix	Citromos tea	Ivólé	
<b>Ebéd</b>	Főtt hús Paradicsommártás ½ adag sós burgonya	Rácbabpaprikás Narancs	Sertésraguleves Káposztás tészta	Zöldfűszeres pulykamell Petrezselymes rizs Őszibarack befőtt	
<b>Uzsonna</b>	Mézes-vaníliás tej, gabonapehely	Csipketea, zala felvágott, margarin, reszelt sárgarépa, vágott zsemle	Tej, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Citromos tea, szardíniakrémes korpás zsemle	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa -Tóth Zoltán igazgató

