

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

**2018. szeptember 3 - 7.**

**36. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Alföldi gulyásleves Natúrszelet Párolt s. répa, brokkoli, z.bab, p.rizs 3 dkg rizsből Alma 15 dkg	Vegyes gyümölcsleves Bolognai spagetti 7 dkg tésztából	Kelbimbóleves Lecsós csirkemáj Tarhonya 7 dkg tarhonyából Uborkasaláta	Zöldborsóleves Pulykavagdalt Tejfölös burgonyafőzelék	Erőleves Rakott karfiol Ivólé 100 %-os 2 dl

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

**2018. szeptember 10 - 14.**

**37. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Tejfölös lencseleves Marhatokány Zöldséges bulgur 5 dkg bulgurból Kisdinnye savanyúság	Karfiolleves Cseh rakott burgonya 25 dkg burgonyából Bolgár saláta	Tojásleves Rántott hal Párolt rizs 5 dkg rizsből Tartármártás	Zöldségleves Baromfi vagdalt Kelkáposzta főzelék Alma 15 dkg	Májgaluskaleves Túrós csusza 7 dkg tésztából

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

**2018. szeptember 17 - 21.**

**38. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Tejfölös burgonyaleves Zöldborsós csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Csemege uborka	Köménymagleves Mustáros sertésszelet Kuszkusz 6 dkg kuszkuszból Alma 15 dkg	Csontleves Pulykatokány Szarvacskatészta 5 dkg tésztából Ivólé 100 %-os 2 dl	Gombakrémleves Stefánia vagdalt Hagymás tört burgonya 25 dkg burgonyából Céklasaláta	Pásztorleves Rácbabpaprikás Alma 15 dkg

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

**2018. szeptember 24 - 28.**

**39. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Erdei gyümölcsleves Házi rizseshús 6 dkg rizsből Káposztasaláta	Húsleves Főtt sertéshús Sóskamártás fél adag főtt burgonya Alma 15 dkg	Hamis gulyásleves Halpogácsa Finomfőzelék	Magyaros karfiolleves Natúr sertés szelet Miskolci rakottas Ivólé 100 %-os 2 dl	Csirkeragu leves Mákos tészta 7 dkg tésztából

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató