

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Napsugár Bölcsőde konyhája**  
Tejmentes

# É T L A P

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

2018. október 1 - 5.  
40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea szendvics sonka, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csokoládés tej, felvágottkrémes teljes kiőrlésű zsemle, jégcsap retek	Gyümölcsstea, sült krinolin, ketchup, fehér kenyér	Tej, tojáskréms, félbarna kenyér, paradicsom	Csipketea, csirkemell sonka, zsemle, tv.paprika
Tízórai	Alma	Gyümölcslé	Ózibarack	Gyümölcs saláta	Sárgarépa csíkok
Ebéd	Pulykavagdalt Karalábéfőzelék	Zöldfűszeres csirkemáj Zöldséges rizs Uborkasaláta	Főtt sertéshús Meggymártás Sós burgonya	Sült csirkecomb Zöldborsó főzelék	Mészáros leves Gyümölcsös rizsfelfűjt
Uzsonna	Tej, margarinos zsemle	Csipketea, halkréms félbarna kenyér, lilahagyma	Kakaó, margarinos zsemle, uborka	Citromos tea, Zala felvágott, margarin, zsemle, reték	Tejeskávé, májpástétom, vágott zsemle, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa -Tóth Zoltán igazgató

# É T L A P

2017. október 8 - 13.

41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
<b>Reggeli</b>	Csipketea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Tej, párizsikrémes burgonyás kenyér, paradicsom	Gyümölcstea, csirkemell sonka, margarinos félbarna kenyér, tv.paprika	Tejeskávé, margarinos-mézes zsemle	Csipketea, sült hamburgerhús, félbarna kenyér, vegyes zöldség	Gyümölcstea, sonkás rántotta, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom
<b>Tízórai</b>	Gyümölcs	Limonádé	Gyümölcslé	Banánturmix	Gyümölcs	Citromos tea
<b>Ebéd</b>	Halfasírt Kelkáposzta főzelék	Rakott tök Banán	Csirkemájás rizottó sajt nélkül Céklasaláta	Grill csirkemell Burgonyapüré Almakompót	Újházi csirkeleves Káposztás tészta	Tojásos rakott zöldbab
<b>Uzsonna</b>	Karamellás tej, margarinos zsemle, reszelt sárgarépa	Zöldtea, póréhagymás margarin, zsemle	Csokoládés tej, felvágotkrém, rozsos kenyér, jégcsapretek	Csipketea, májusi felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej, ízesített margarin szőlőmagvas kenyér, uborka	Tej, marhapárizsi, margarinos fehér kenyér, vajretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**Napsugár Bölcsőde konyhája**  
**Tejmentes**

# É T L A P

2018. október 15 - 19.

42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea, sonka, margarin, rozsos kenyér, retek	Karamellás tej, margarinos zsemle	Gyümölcsstea, Zala felvágott, margarinos vágott zsemle uborka	Kakaó, tükörtojás, rozsos kenyér, pritamin paprika
Tízórai	Gyümölcslé	Gyümölcs	Csipketea	Banánturmix	Gyümölcslé
Ebéd	Majorannás csirkemáj Brokkolifőzelék Alma	Zöldséges pulykacomb Petrezselymes rizs Befőtt	Párolt csirkemell Paradicsomos burgonyafőzelék	Alföldi gulyásleves Tejbegríz	Kakukkfűves csirkecomb Tört burgonya Uborkasaláta
Uzsonna	Csipketea, pulykahúskrém burgonyás kenyér, póréhagyma	Tejeskávé, tavaszi rolád, szőlőmagvas kenyér	Citromos tea, párizsi, zsemle, kaliforniai paprika	Tej, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, retek	Csipketea, szardíniakrém fehér kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2018. október 22 - 26.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>			Gyümölcstea, csirkemellsonka, margarin, zemle, paradicsom	Karamellás tej, párizsikrémes burgonyás kenyér, tv.paprika	Tejeskávé, mézes-margarinos zsemle
<b>Tízórai</b>			Citromostea	Gyümölcs	Gyümölcsle
<b>Ebéd</b>			Sült virsli Tökfőzelék	Rakott kelkáposzta (pulykahúsból) Banán	Párolt csirkemell Paradicsommártás Burgonyapüré
<b>Uzsonna</b>			Csokoládés tej, müzliszelet	Csipketea, Zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Citromos tea, májusi felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2018. október 29 - november 02.

44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>	Csipketea, bundás kenyér teljes kiőrlésű kenyér (tepsiben sült)	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tej, májkrémes kukoricapelyhes kenyér, paradicsom		
<b>Tízórai</b>	Rostoslé	Gyümölcs	Gyümölcslé		
<b>Ebéd</b>	Sült harcsafilé Tört burgonya Alma	Rakott kelbimbó Mandarin	Májgaluskaleves Meggyes piskóta		
<b>Uzsonna</b>	Tej, lekváros zsemle	Kakaó, margarinos félbarna kenyér, reszelt sárgarépa	Zöldtea, csirkemell sonka,margarinos szőlőmagvas kenyér, uborka		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!