

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2018. november 5 - 10.

45. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Vaníliás tej, vajás puffancs	Kefir, teljes kiőrlésű kifli	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, zala felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér	Limonádé, vitaminos margarinos teljes kiőrlésű zsemle,	Kakaó, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika
Ebéd	Hamis gulyásleves Vadas marhatokány Copfocskatészta Gyümölcs	Gyümölcsleves Hal párizsiasan Petrezselymes rizs Cékla saláta	Csontleves Rácbabpaprikás Gyümölcs	Zellerkrémleves Lecsós csirkemáj Főtt burgonya Káposztával töltött paprika	Paradicsomleves Házi rizseshús Vegyes vágott savanyúság	Lebbencsleves Toros káposzta Gyümölcs
Uzsonna	Tepertőkrémes teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Kockasajt, hami rúd	Tojáskrémes teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Vajkrémes molnárka	Körözöttes mixes zsemle, přitamin paprika	Mini méz, vajás kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

É T L A P**2018. november 12 - 16.****46. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gabonás joghurt, teljes kiőrlésű bagette	Zöldtea, turista felvágott, vajás szezámmagos zsemle, uborka	Tejeskávé, vajkrémes rozsos kenyér, kaliforniai paprika	Tea, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Csokis tej, vajás kuglóf
Ebéd	Fejtett bableves Mexikói pulykatokány Párolt rizs Gyümölcs	Velencei kalmárleves Zöldséges vagdalt Kefires tökfőzelék	Tejfölös karfiolleves Sertés pörkölt Szarvacska tészta Csemege uborka	Zöldségleves Rakott kelkáposzta Gyümölcs	Köménymaglevés Pirított kenyérkocka Brassói aprópecsenye Savanyú káposzta
Uzsonna	Tojáskrém fehér kenyér, pritamin paprika	Mini jam, teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs	Házi májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Ivólé, sajtos percc	Sonkagrém teljes kiőrlésű kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

É T L A P

2018. november 19 - 23.

47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, vajás teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Gyümölcsös joghurt, teljes kiőrlésű bagette	Tej, olasz felvágott, margarinos korpás zsemle, kaliforniai paprika	Zöld tea, főtt virsli, teljes kiőrlésű kenyér, mustár	Limonádé, szalonnás omlett, burgonyás kenyér póréhagyma
Ebéd	Pásztorleves Halpogácsa Sárgaborsó főzelék Gyümölcs	Sertésbecsináltleves Kuszkuszos metélt Gyümölcs	Brokkolikrémleves Levesgyöngy Csemege sertés sült Hagymás tört burgonya Almapaprika	Kertészleves Rántott sertésszelet Kukoricás rizs Csemege uborka	Húsleves Főtt sertéshús Meggymártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Túró rúdi, vincellér kifli	Vajkrémes magvas zsemle, uborka	Kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Sajtkrémes vágott zsemle, reték	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2018. november 26 - december 1.

48. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tejeskávé, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, přitamin paprika	Tea, sonka, teljes kiőrlésű zsemle, reték	Tej, müzli	Gabonás joghurt teljeskiőrlésű kifli	Kakaó, vajás-mézes kalács	Tea, tojásos melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyérből)
Ebéd	Gombakrémleves Grillezett pulykamell Párolt rizs Angol köret	Tojásleves Milánói makaróni Csemege uborka	Zöldséges tarhonyaleves Búzacsírás húsgombóc Tejfölös burgonyafőzelék Gyümölcs	Mészáros leves Túrós béles	Sütőtök krémleves Pulykatokány Budapest-módra Petrezselymes bulgur Alma befőtt	Tejfölös zöldbableves Pusztapörkölt Cékla saláta
Uzsonna	Tojáskrémes búzacsírás bagette, uborka	Margarinos zsemle, reszelt sárgarépa	Halkrémes teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Vajas szezámósrúd, tv.paprika	Marhapárizsi, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Túró rúdi gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató