

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Tej, tojás, szója, kiwi,

hagyma, banán mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2018. december 31 - 2019. január 4.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai			Karamellás tej, turista felvágott, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, rettek	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tej, margarinos-mézes kenyér
Ebéd			Köménymagleves pirított kenyér kocka Szárnyszerített sajt nélkül Cékla saláta	Lebbencsleves Aprósült Lencsefőzelék	Vegyes gyümölcsleves Húsos tészta Csemege uborka Alma
Uzsonna			Müzli szelet, alma	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Halkrémes, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Tej, tojás, szója, kiwi,

hagyma, banán mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2019. január 7 - 11.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, zala felvágott, margarin, zsemle, rettek	Tea, főtt virsli, mustár, fehér kenyér	Csokis tej, olasz felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tea, sonka, margarin, kenyér, uborka
Ebéd	Brokkolikrémleves Borsos pulykatokány Zöldséges bulgur	Zöldségleves Párolt szelet Tört burgonya Kovászos uborka	Sertésraguleves Káposztás tészta Gyümölcs	Árpagyöngyleves Temesvári sertésszelet Petrezselymes rizs	Húsleves Főtt sertéshús Erdei gyümölcs mártás ½ adag burgonya
Uzsonna	Sonkkrémes teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika	Párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Mini jam, teljes kiőrlésű kenyér	Müzli szelet, gyümölcs	Kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Tej,tojás,szója,kiwi,

hagyma,banán mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2019. január 14 - 18.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, májusi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű zsemle	Tea, zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Tejeskávé, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika	Tea, főtt krinolin, teljes kiőrlésű kenyér, mustár	Tea, olasz felvágott, margarin, kenyér, retek
Ebéd	Paradicsomleves Csikós tokány Copfocska tészta	Zöldséges karfiolleves Natúr csirkemáj Főtt burgonya Csemege uborka	Zöldségleves Csemege sült Tökfőzelék	Zöldborsóleves Zöldfűszeres hal Párolt rizs Csemege uborka	Sertésraguleves Káposztás tészta Gyümölcs
Uzsonna	Reszelt sárgarépa, margarinos zsemle	Sonka, margarin, mixes zsemle, paradicsom	Párizsikrém, zsemle, pritamin paprika	Mini méz, graham kenyér, gyümölcs	Müzli szelet, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Tej, tojás, szója, kiwi,
hagyma, banán mentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2019. január 21 - 25.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tea, szardíniakrém, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej, müzli	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Kakaó, margarinos zsemle
Ebéd	Zöldséges burgonyaleves Diétás rizseshús Csemege uborka	Csontleves Rakott karfiol Gyümölcs	Almaleves Párolt s. szelet Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Zöldségleves Rácbabpaprikás Gyümölcs	Zellerkrémleves Pulykatokány Bp-módra Párolt rizs Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Olasz felvágott, margarin, vágott zsemle, reték	Sonkakrém szezámagos zsemle, uborka	Tepertőkrém teljes kiőrlésű kenyér, reték	Marhapárizsi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Zala felvágott, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2019. január 28 - február 1.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sült kolbász, fehér kenyér, mustár	Tea, párizsi, margarin, kenyér, rettek	Tej, margarinos zsemle	Tea, csemege szalámi, margarinos burgonyás kenyér, tv. paprika	Kakaó, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika
Ebéd	Zöldségleves Aprósült Burgonyafőzelék Gyümölcs	Köménymaglevés pirított kenyérkocka Zöldfűszeres hal Petrezselymes rizs Őszibarack befőtt	Babgulyás Grízes tészta Sárgabarack lekvár	Marhaerőleves Sült virsli Finomfőzelék Gyümölcs	Gombakrémleves Aprósült Tört burgonya Savanyú káposzta
Uzsonna	Zala felvágott, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Sonkakrém vágott zsemle, pritamin paprika	Házi májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Májusi felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Müzli szelet gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!