

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

ÉTLAP

2019. május 6 - 10.
19. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Karamellás tej lm., pulykafelvágott, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Csipketea, baromfifelvágott, margarin, félbarna kenyér, paradicsom	Tej lm., margarin, teljes kiőrlésű zsemle, reszelt uborka	Citromos tea, főtt virsli, ketchup, burgonyás kenyér	Tea, főtt tojás, margarin, zsemle, uborka
Tízórai	Banán	Alma	Gyümölcs	Gyümölcslé újkaralábé csíkok	Alma
Ebéd	Párolt sertéscomb Gyümölcsmártás lm. Tört burgonya	Párolt pulykamell Májas rizs Párolt zöldség	Húsgaluskaleves Káposztás tészta	Rakott zöldbab csirkehússal lm.	Apró pulykasült Sárgarépa főzelék lm.
Uzsonna	Gyümölcstea, reszelt tojás, light margarin burgonyás kenyér, zöldhagyma	Tej lm., lekváros zsemle	Citromos tea, házi májpástétom, kukoricapelyhes kenyér, vajretek	Kakaó lm., felvágottkrém, zsemle	Csipketea, olivás halkrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2019. május 13 - 17.
20. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Kakaó lm., kockasajt lm., margarinos kukorica pelyhes kenyér, reszelt sárgarépa	Citromos tea, tepsis bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Karamellás tej lm., vitaminos margarin, zsemle, pritamin paprika	Csipketea, csirkehúskrém, szőlőmagvas kenyér, uborka	Tej lm., sonka, margarin, vágott zsemle, paradicsom
Tízórai	Alma	Zöldségturmix lm.	Gyümölcslé, karalábé csíkok	Citromos tea, gyümölcs	Banán
Ebéd	Aprósült Karfiolfőzelék lm.	Paradicsomos-rizses csirkemáj Almakompót	Pulykaraguleves Grízes tészta	Fokhagymás halpogácsa Burgonyapüré lm. Sárgarépás céklasaláta	Virslis kelkáposztafőzelék
Uzsonna	Csipketea, Zala felvágott, margarinos burgonyás kenyér, paradicsom	Tej lm., margarinos zsemle	Gyümölcstea, füstölt párizsi, margarinos fehér kenyér, jégcsapretek	Joghurt lm., zsemle	Citromos tea, tojáskrém kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa - Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2019. május 20 - 24.
21. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, tavaszi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Kakaó lm., felvágottkrémes korpás vekni, paradicsom	Gyümölcstea, kockasajt lm., teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Tea, párizsi, margarin, kenyér, uborka	Csipketea, sonkakrémes félbarna kenyér, lilahagyma
Tízórai	Banán	Limonádé, alma	Gyümölcssaláta	Gyümölcslé (100%-os)	Gyümölcs
Ebéd	Petrezselymes húsgombóc Tökfőzelék lm.	Palócleves csirkehúsból lm. Diós tészta	Párolt pulykamellcsíkok Tört burgonya Őszibarackbefőtt	Szárnyszerített sajt nélkül Uborkasaláta	Sült csirkemell Zöldborsófőzelék lm.
Uzsonna	Tej lm., kukorica pehely	Gyümölcstea, házi csirkemáj- pástétom, zsemle, uborka	Kefir lm., zsemle	Csipketea, ízesített margarinkrém, zsemle, vegyes saláta	Tej lm., mustáros tojáskrém, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2019. május 27 - 31.
22. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, retek	Karamellás tej lm., húskrémes burgonyás kenyér, tv. paprika	Csipketea, sonkás rántotta, fehér kenyér, uborka	Kakaó lm., sonka, margarin, kenyér, vegyes zöldség kockák	Gyümölcstea, kockasajt lm., teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma
Tízórai	Alma	Gyümölcsturmix lm.	Limonádé, sárgarépa csíkok	Banán	Csipketea, alma
Ebéd	Virsli pörkölt Salátafőzelék lm.	Majorannás csirkecomb Tört burgonya Uborkasaláta	Mészáros-leves Grízes tészta	Paradicsomlé Rakott karfiol lm. (barna rizzsel és májjal)	Margarinos-citromos halfilé Petrezselymes bulgur Céklasaláta
Uzsonna	Tej lm., Pápai sonka, vajás vágott zsemle póréhagyma	Gyümölcstea, felvágottkrémes kukoricapelyhes kenyér	Tej lm., csirkemell sonka, light margarinós teljes kiőrlésű zsemle	Gyümölcstea, pulykahúskrémes félbarna kenyér, paradicsom	Kefir lm., zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!