

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES

É T L A P

2019. október 7 - 11.

41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, kenőmájas, teljes kiőrlésű kifli, tv. paprika	Csipketea, melegszendvics	Tej, húskrém, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, vajjas molnárka	Csokis tej, májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle
Ebéd	Zöldségleves szivárvány galuskával Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Stefánia vagdalt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Köménymag leves Pírtott kenyérkocka Csirkemell Budapest módra Párolt rizs Gyümölcs	Sült kolbász Lencsefőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós tekercs	Hajdúsági pulykaleves Kuszkuszos metélt eperlekvárral
Uzsonna	Szezámagos vajkrém, rozsos kenyér, paradicsom	Gyümölcs joghurt, teljes kiőrlésű bagett	Körözött, köleses zsemle	Krémsajtos kifli, uborka	Citromos halkrém, kukoricás kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES

É T L A P

2019. október 14 - 18.
42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöld tea, csirkemellsonka, vajás korpás kenyér, tv paprika	Kakaó, briós gyümölcs	Gyümölcs tea, bundás kenyér	Tej, Zala felvágott, light margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika	Kakaó, tojásos szendvics, paradicsom
Ebéd	Gyümölcsleves Dubarry sertésszelet Burgonyapüré Csemegeuborka	Lucskos káposzta Sertéspörkölt Teljes kiőrlésű kenyér Házi pizzás csiga	Paradicsomleves Spenótos-halás tészta Gyümölcs	Karalábé krémleves Fűszeres pulykamellcsíkok Rizi-bizi Őszibarackbefőtt	Galuskaleves Majorannás csirkecomb ½ adag párolt zöldség, ½ adag bulgur
Uzsonna	Krémtúró, teljes kiőrlésű kifli	Szárnyas májkrém, császárszemle, uborka	Tej, kolbász, teljes kiőrlésű zsemle, lila hagyma	Mézes zsúrkenyér, alma	Petrezselymes margarinkrém, teljes kiőrlésű kifli, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2019. október 21 - 25.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Tej, baromfi párizsi, vitaminos margarin, teljeskiőrlésű zsemle		Zöldtea, hot dog gyümölcs	Karamellás tej, kuglóf
Ebéd	Almaleves Pirított csirkemáj Főtt burgonya Csemege uborka	Csontleves Nyitrai szelet Párolt rizs Majonézes káposztasaláta		Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Házi burgonyás pogácsa	Egri húsleves Túrós metélt
Uzsonna	Joghurt, Vincellér kifli	Krémsajt, burgonyás kenyér, paradicsom		Kefír, hami rúd	Húskrém, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES

É T L A P

2019. október 28 - november 1.
44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, tojásos melegszendvics, tv paprika	Gyümölcstea, tojásrántotta, burgonyás kenyér	Zöldtea, zala felvágott, teljes kiőrlésű kenyér gyümölcs	Tej, ízesített vajkrém, császár zsemle, paradicsom	
Ebéd	Tepsiben sült fasírtgolyók Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Brokkoli krémleves Zsemlekočka Szezámagos halfilé Forgatott burgonya	Gulyásleves Tejberizs	Paprikás burgonya virslivel Teljes kiőrlésű kenyér Meggyes piskóta	
Uzsonna	Sajtkrémés, teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs	Csemege szalámi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kenőmájas, nagy kifli, kaliforniai paprika	Gyümölcs, szezámos rúd	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!