

É T L A P

2019. november 4 - 8.
45. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, turista felvágott, burgonyás kenyér, uborka	Gyümölcsstea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Tejeskávé, csirkemellsonka, margarin, félbarna kenyér, vajretek	Citromos tea, májusi felvágott, margarin, fehér kenyér, uborka	Tea, húskrém, köleses zsemle, paradicsom
Ebéd	Rebarbara krémleves Húsos tészta Csemege uborka	Zöldségleves Párolt csirkemellfalatok ½ adag bulgur ½ adag párolt vegyes zöldség Ø kukorica	Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Körteleves Sült csirkemáj Petrezselymes rizs Céklasaláta	Babgulyás levesbetét nélkül Tejbegríz Kenyér
Uzsonna	Margarinos zsemle gyümölcs	Májkrémes kenyér, póréhagyma	Margarinos zsemle, sütőtök	Tej, baromfi párizsi, margarinos zsemle, tv.paprika	Halkrém, kenyér, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
TEJ, TOJÁS, ROZS ÉS
KUKORICAMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2019. november 11 - 15.

46. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, margarin, zabos kenyér	Csipketea, sonkakrémés zsemle, körte	Tej, felvágotkrém, zsúrkenyér	Tej, csemege szalámi, margarin, kenyér, paradicsom	Citromos tea, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Zöldségleves Harcsapaprikás Párolt rizs	Sertés aprópecsenye Kelkáposztafőzelék Burgonyás kenyér Ivólé	Pulykaraguleves Mákos tészta Alma	Zöldséges burgonyaleves Rakott karfiol (barna rizzsel) Kenyér Mandarin	Tavaszeleves Pincepörkölt Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle	Zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Tonhalas pástétom, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Mustáros májaskrém, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek	Marginos-mézes kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2019. november 18 - 22.
47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, párizsi, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Kakaó, zsemle, kivi	Zöldtea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér,	Tej, margarin, jam, zsemle	Gyümölcsstea, sült krinolin, mustár, fehér kenyér
Ebéd	Köménymag leves pirított kenyérkocka Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Paradicsomos káposzta Sertéspörkölt Félbarna kenyér Ivólé	Bográcsgulyás galuska nélkül Káposztás tészta	Zellerkrémleves Párolt pulykamell falatok Zöldséges rizs Ø kukorica Befőtt	Húsleves Főtt sertéshús Gyümölcsmártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Zala felvágott, margarin, kenyér, mandarin	Pápai sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Szardíniakrém kenyér, uborka	Ízesített margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika	Májusi felvágott, margarin, kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2019. november 25 - 29.

48. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, margarinos-mézes zsemle narancs	Tea, zala felvágottkrémes zsemle, paprika	Tejeskávé, füstölt párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Tej, felvágottkrém, kenyér, uborka	Csipketea, sárgarépas margarinkrém, zsemle
Ebéd	Zöldségleves Köményes sertéssült Főtt burgonya Párolt vörös káposzta	Aprósült Fejtettbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Sütőtökrémleves Szárnyas rizottó sajt nélkül Céklasaláta	Tavaszeleves Főtt hús Paradicsommártás ½ adag főtt burgonya Kenyér	Egri húsleves Burgonyás tészta Csemege uborka
Uzsonna	Házi baromfi kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Májusi felvágott, margarin, fehér magos kenyér, paradicsom	Sonka, margarin, kenyér, mandarin	Olasz felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Olajos hal, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!