

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

2020. január 6 - 10.

2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Gyümölcs tea, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tejeskávé, löcsfelvágott, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Zöldtea, sonka, margarin, kenyér, uborka	Tej, ízesített margarin, vágott zsemle
Ebéd	Köménymagos leves Pirított zsemlekocka Rakott karfiol Banán	Citromos kerti leves Aprósült Tört burgonya Céklasaláta	Kalocsai gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposztafőzelék Ivólé Köleses kenyér	Gyümölcsleves Sült csirkecomb Kuskusz Párolt zöldség
Uzsonna	Csirkemellsonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej, margarinos zsemle	Felvágottkrém zsemle, zöldhagyma	Zala felvágott, margarin, kenyér, retek	Baromfipárizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta:Kósa-Tóth Zoltán igazgató

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

2020. január 13 - 17.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, Alpesi szalámi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Csipketea, margarinos korpás zsemle, sonka, paradicsom	Tej, zala felvágott, margarinos zsemle	Gyümölcstea, sült debreceni kolbász, mustár, korpás kenyér	Tej, párizsi, margarin, kenyér, rettek
Ebéd	Frankfurti leves Gránátos kocka Csemege uborka	Aprósült Szemesbabfőzelék Ivólé Teljes kiőrlésű kenyér	Sütőtök krémleves pirított enyérkocka Pirított csirkemáj Petrezselymes rizs Befőtt	Húsleves Főtt sertésszelet Sóskamártás Főtt burgonya	Paradicsomleves Marhapörkölt Főtt burgonya Savanyúkáposzta
Uzsonna	Párizsikrémes kenyér, alma	Margarinos zsemle, baromfi párizsi, narancs	Házi húskrém, teljes kiőrlésű kenyér, jégcsaprettek	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Felvágottkrémes teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta:Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2020. január 20 - 24.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, sonkakrém teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, csemege szalámi, margarin, kenyér, uborka	Tej, margarinos-mézes kenyér banán	Citromos tea, párizsikrém magvas zsemle, paradicsom	Zöldtea, főtt virsli, mustár, kenyér
Ebéd	Sertésraguleves Káposztás tészta Mandarin	Pulyka aprópecsenye Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Meggy leves Tepsis harcsaszelet Sárgarépás rizs Csemege uborka	Csontleves Főtt hús Főtt burgonya Paradicsommártás Burgonyás kenyér Alma	Gombaleves Spanyol csirke Tört burgonya Uborkasaláta
Uzsonna	Szardíniakémes kenyér, uborka	Sonka, margarin, zsemle, reték	Májkrém teljes kiőrlésű zsemle, vajretek	Tej, zala felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Lekváros-margarinos kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. január 27 - 31.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, múzli, margarinos zsemle	Csipketea, zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Kakaó, margarinos zsemle	Tej, olasz felvágott, margarinos zabos kenyér, uborka	Citromos tea, házi csirkemájkrém, teljeskiőrlésű kenyér jégcsapretek
Ebéd	Zöldségleves Sertéspörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertéraguleves Kuszkuszos metélt Gyümölcsízzel	Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka Mandarin	Tavaszi leves Mézes-mustáros csirkemell Párolt rizs Párolt kelbimbó	Mészáros-leves Káposztás tészta
Uzsonna	Baromfipárizsi, margarinos korpás zsemle, tv. paprika	Tej, sonkakrém kenyér, alma	Diákcsemege, margarin, zsemle, pritamin paprika	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Szardíniakrém kenyér, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!