

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Glutén és Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. március 2-6.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, lekváros kenyér	Tea, szalonnás rántotta, kenyér, zöldhagyma	Tea, felvágottkrémes kenyér, uborka	Csipketea, Zala felvágott, margarin, kenyér, jégcsapretek	Kakaó, baromfi párizsi, kenyér, tv.paprika
Ebéd	Kertész-leves Pulykatokány Zöldséges rizs	Zöldségleves Serpényős burgonya kolbásszal Kovászos uborka	Tojásleves Aprósült Petrezselymes rizs Céklasaláta	Zöldséges karfiolleves Sertéspörkölt Főtt burgonya Vegyes vágott savanyúság	Halgaluskaleves Káposztás tészta Gyümölcs
Uzsonna	Margarinos kenyér, pritamin paprika	Sonka, margarin, kenyér, uborka	Kenőmájas, kenyér, paradicsom	Ivólé, puffasztott rizsszelet	Tojáskrém kenyér, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P**2020. március 9-13.****11. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, párizsi, margarin, kenyér, uborka	Kakaó, margarinos-mézes kenyér	Gyümölcsstea, sonka, margarinos kenyér, uborka	Tejeskávé, olasz felvágott, kenyér, jégcsapretek
Ebéd	Tavaszi leves Vadász pulykatokány Párolt rizs	Hamis gulyásleves Csemege sertéssült Tökfőzelék	Zöldbableves Zúzapörkölt Párolt rizs Káposztával töltött paprika	Csontleves Rakott brokkoli Gyümölcs	Zöldségleves Húsgombóc Paradicsommártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Sonkakrémes kenyér, paradicsom	Főtt tojás karikák, margarin, kenyér, pritamin paprika	Felvágottkrémes kenyér, lilahagyma	Szardíniakrém, kenyér	Zala felvágott, margarinos kenyér, tv.paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Glutén és Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. március 16-20.
12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, margarinos kenyér	Zöldtea, főtt tojás karikák, sült császárszalonna, kenyér, olívás zöldség	Tej, turista szalámi, kenyér, přitamin paprika	Tea, Zala felvágott, kenyér, uborka	Kakaó, párizsi, margarin, kenyér
Ebéd	Tavaszi leves Majorannás pulykasült Kelkáposzta főzelék	Brokkolikrémleves Sertéspörkölt Főtt burgonya Almapaprika	Zöldborsóleves Lecsós csirkemáj Párolt rizs	Sertésraguleves Gránátos kocka Csemege uborka	Zöldségleves Sült kolbász Lencsefőzelék
Uzsonna	Sonka, margarin, kenyér, kaliforniai paprika	Mini méz, kenyér	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Margarinos kenyér, sonka, reszelt sárgarépa	Szardíniakrém, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2020. március 23-27.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, felvágottkrémes kenyér, píritamin paprika	Tea, főtt tojás karikák, margarinos, kenyér, paradicsom	Tea, Zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Limonádé, csirkemell sonka, margarin, kenyér, kaliforniai paprika	Kakaó, margarinos kenyér
Ebéd	Gyümölcsleves Házi rizseshús Cékla saláta	Zöldséges karfiollevés Húsos tészta Csemege uborka Gyümölcs	Paradicsomleves Sült csirkecomb Párolt rizs Vegyes vágott savanyúság	Zöldségleves Mexikói pulykatokány Tészta	Köménymagleves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka
Uzsonna	Sonka, margarinos kenyér, jégcsapretek	Felvágottkrémes kenyér, uborka	Tavaszi rolád, margarinos kenyér, uborka	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Párizsi, margarin, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. március 30- április 3.

14. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sonkakrémes kenyér, uborka	Tea, párizsi, margarin, kenyér, retek	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tejeskávé, sonka, margarin, kenyér, kaliforniai paprika
Ebéd	Borsópüréleves Vadas pulykatokány Copfocska tészta	Zöldségleves Hétvezér tokány Párolt rizs	Tavaszeleves Gombás sertés szelet Főtt burgonya Vegyes vágott savanyúság	Csontleves Rácbabpaprikás Ivólé	Zöldséges burgonyaleves Borsos marhatokány Párolt rizs
Uzsonna	Olasz felvágott, kenyér, uborka	Fűszeres pulykamájás, kenyér, pritamin paprika	Zala felvágott, margarin, kenyér, retek	Szardíniakrém, kenyér, paradicsom	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!