

# É T L A P

2020. június 1– 7.

23. hét

|                | Hétfő  | Kedd  | Szerda   | Csütörtök   | Péntek   | Szombat   | Vasárnap   |
|----------------|--|---|--|---|--|---|--|
| <b>Reggeli</b> | Citromosm tea,<br>tepertőkrém,<br>burgonyás kenyér,<br>lilahagyma      | Tejeskávé,<br>mini vaj,<br>zsemle,<br>paradicsom                                      | Gyümölcsstea,<br>kenyérlángos  | Kakaó,<br>baromfi<br>kenőmájas,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>uborka               | Citromosm tea,<br>tojásrántotta,<br>burgonyás kenyér,<br>paradicsom                  | Kakaó,<br>mini ráma,<br>félbarna kenyér,<br>paradicsom          | Gyümölcsstea,<br>sertés párizsi,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>vegyes zöldség |
| <b>Tízórai</b> | Gyümölcs   | Párizsi krémes<br>kenyér  | Gyümölcslé   | Vajas kakaós<br>kalács  | Ivólé  | Gyümölcs  | Sajtos kifli   |
| <b>Ebéd</b>    | Meggyleves<br>Töltött<br>csirkecomb<br>Burgonyapüré<br>Kovászos uborka | Zöldségleves<br>Nagykőrösi<br>egytálétel  | Francia<br>hagymaleves<br>Brassói apró<br>pecsenye<br>Forgatott<br>burgonya<br>Uborka saláta | Kertészleves<br>Töltött paprika   | Tárkonyos<br>karfiolleves<br>Rántott halfilé<br>Petrezselymes rizs<br>Tavaszi saláta | Kassai<br>burgonyaleves<br>Tojásos nokedli<br>Fejessaláta       | Csontleves<br>Csirkemell<br>párizsian<br>Zöldséges bulgur<br>Őszibarack befőtt                 |
| <b>Uzsonna</b> | Ostya szelet   | Kockasajt, kifli  | Gyümölcs   | Gyümölcs  | Gyümölcs   | Csoki   | Gyümölcs   |
| <b>Vacsora</b> | Limonádé,<br>szárnyas májkrém,<br>fehér kenyér,<br>paradicsom          | Gyümölcslé,<br>csemege szalámi,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér,<br>kaliforniai paprika | Csokis tej,<br>mini ráma,<br>fonott kalács   | Zöldtea,<br>szendvics sonka,<br>mini ráma,<br>teljeskiőrlésű<br>zsemle,<br>tv.paprika | Limonádé,<br>Olasz felvágott,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér,<br>rettek               | Gyümölcslé,<br>kaporos túrókrém,<br>fehér kenyér,<br>lilahagyma | Tej,<br>krémsajt<br>burgonyás kenyér,<br>kaliforniai paprika                                   |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Gondozóház**

**Könnyű, vegyes étrend**

# É T L A P

2020. június 8 – 14.  
24. hét

|                | Hétfő  | Kedd   | Szerda   | Csütörtök  | Péntek  | Szombat   | Vasárnap   |
|----------------|--|--|--|--|---|---|--|
| <b>Reggeli</b> | Csipketea,<br>baromfi<br>májás,<br>fehér kenyér,<br>uborka | Zöldtea,<br>párizsi krém,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>tv. paprika | Citromos tea,<br>tócsni<br>fokhagymás<br>tejfőllel,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér | Csipketea,<br>sonkás meleg<br>szendvics  | Csipketea,<br>hamburgerhús,<br>teljes kiőrlésű<br>zsemle,<br>vegyes zöldség | Tej,<br>tavaszi vagdalthús<br>szeletek,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér | Gyümölcstea,<br>szalonnás omlett,<br>burgonyás kenyér,<br>paradicsom                       |
| <b>Tízórai</b> | Ivólé  | Gyümölcs   | Limonádé   | Gyümölcs   | Margarinos<br>zsúrkenyér  | Gyümölcs  | Gyümölcslé   |
| <b>Ebéd</b>    | Lebbencsleves<br>Rakott karfiol                            | Zellerkrémleves<br>Marhapörkölt<br>Tarhonya<br>Csemegem uborka         | Paradicsomleves<br>Lecsós csirkemáj<br>Petrezselymes<br>burgonya<br>Befőtt       | Bakonyi<br>betyárleves<br>Káposztás tészta   | Árpagyöngyleves<br>Poréhagymás<br>csirkecomb<br>Párolt rizs                 | Töltelékleves<br>Pulykapörkölt<br>Zöldborsófőzelék                    | Májgaluskaleves<br>Sertéspaprikás<br>Csőtészta   |
| <b>Uzsonna</b> | Sajtós rúd   | Vajas kifli  | Töltött ostyaszelet  | Sajtkrém<br>Vincellér kifli  | Kefir   | Kockasajt, kenyér   | Vajas kenyér   |
| <b>Vacsora</b> | Gyümölcstea,<br>körözött,<br>teljes kiőrlésű kifli         | Kakaó,<br>mini jam,<br>császár zsemle                                  | Gyümölcstea,<br>tavaszi rolád,<br>mini vaj,<br>fehér kenyér                      | Limonádé,<br>csemege szalámi,<br>mini ráma,<br>teljeskiőrlésű<br>kenyér,<br>paradicsom | Tej,<br>mini jam,<br>fonott kalács  | Zöldtea,<br>tojáskrém<br>burgonyás kenyér,<br>paradicsom              | Citromos tea,<br>csemege szalámi,<br>mini ráma,<br>félbarna kenyér,<br>kaliforniai paprika |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Szabó Anna

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

# É T L A P

2020. június 15 – 21.

25. hét

|                | Hétfő  | Kedd  | Szerda  | Csütörtök  | Péntek  | Szombat  | Vasárnap  |
|----------------|--|---|---|--|---|--|---|
| <b>Reggeli</b> | Tejeskávé,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>bagett,<br>paradicsom | Citromos tea,<br>bundás kenyér                              | Csokis tej,<br>juhtúró,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>uborka | Gyümölcstea,<br>csirkemell sonka,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér,<br>rettek | Kakaó,<br>házi májpástétom,<br>teljes kiőrlésű<br>kifli,<br>lilahagyma        | Citromos tea,<br>lecsó,<br>fehér kenyér                      | Csipketea,<br>sült<br>császárszalonna,<br>burgonyás kenyér,<br>pritamin paprika |
| <b>Tízórai</b> | Csoki  | Ivólé   | Háztartási keksz  | Gyümölcs   | Sajtkrémes kifli  | Gyümölcssaláta   | Gyümölcs  |
| <b>Ebéd</b>    | Tavaszi leves<br>Bácskai rizseshús<br>Uborkasaláta                   | Galuska leves<br>Fokhagymás tarja<br>Kelkáposzta<br>főzelék | Köménymagos<br>leves<br>Pulykapaprikás<br>Szarvacska tészta     | Palócleves<br>Lekváros bukta   | Zöldséges<br>tarhonya leves<br>Zúzapörkölt<br>Tört burgonya<br>Káposztasaláta | Bakonyi<br>betyárleves<br>Tejberizs                          | Hús erőleves<br>Fűszeres<br>csirkecomb<br>Burgonyapüré<br>Kovásszos uborka      |
| <b>Uzsonna</b> | Gyümölcs   | Házi burgonyás<br>pogácsa                                   | Lekváros kenyér   | Párizsi krémes<br>kenyér   | Gyümölcslé  | Kockasajt, kifli   | Vaníliás puding   |
| <b>Vacsora</b> | Citromos tea,<br>mini vaj,<br>kakaós kifli                           | Gyümölcstea,<br>kolbászkrem,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér   | Csipketea,<br>gyümölcsös<br>túrókrem,<br>zsemle                 | Tej,<br>Zala felvágott<br>fehér kenyér<br>kaliforniai paprika              | Citromos tea,<br>csirkemell sonka,<br>fehér kenyér,<br>póréhagyma             | Gyümölcstea,<br>mini ráma,<br>félbarna kenyér,<br>paradicsom | Zöldtea,<br>pulykahús krémes<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>jégcsaprettek     |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2019. június 22 – 28.

26. hét

|                | Hétfő  | Kedd  | Szerda  | Csütörtök   | Péntek   | Szombat   | Vasárnap   |
|----------------|--|---|---|---|--|---|--|
| <b>Reggeli</b> | Tejeskávé,<br>sajtkrémes teljes<br>kiórlésű kenyér,<br>tv. paprika | Citromos tea,<br>tojáskrémes<br>burgonyás kenyér<br>paradicsom    | Karamellás tej,<br>turista szalámi,<br>margarinos<br>kenyér,<br>vaj retek | Gyümölcsstea,<br>körözött<br>teljes kiórlésű kifli                      | Kakaó,<br>vajás kalács   | Csipketea,<br>töki<br>pompos  | Zöldtea,<br>pulyka felvágott,<br>mini ráma,<br>fehér kenyér,<br>paradicsom |
| <b>Tízórai</b> | Ostya szelet   | Májkrémes kenyér  | Gyümölcs  | Natúr joghurt   | Margarinos<br>kenyér, reszelt sajt   | Gyümölcs  | Ivólé  |
| <b>Ebéd</b>    | Kertész-leves<br>Fokhagymás<br>pulykapecsenye<br>Tökfőzelék        | Tojásleves<br>Pásztortarhonya<br>Házi vegyes<br>vágott savanyúság | Szegedi<br>gulyásleves<br>Tejbegríz                                       | Zöldséges<br>gombaleves<br>Kolbászos rakott<br>burgonya<br>Uborkasaláta | Zellerkrémleves<br>Csirkemell<br>Budapest módra<br>Párolt rizs<br>Vitamin saláta | Árpagyöngyleves<br>Baromfi vagdalt<br>Paradicsomos<br>káposzta főzelék          | Zöldségleves<br>Cigánypecsenye<br>Petrezselymes<br>burgonya<br>Befőtt      |
| <b>Uzsonna</b> | Vajas Vincellér<br>kifli   | Gyümölcs  | Vajas kenyér  | Gyümölcs  | Túró rúdi  | Kockasajt, zsemle   | Gyümölcs   |
| <b>Vacsora</b> | Csipketea,<br>mini ráma,<br>puffancs                               | Tej,<br>tepertős pogácsa  | Citromos tea,<br>Zala felvágott<br>teljes kiórlésű<br>zsemle,<br>uborka   | Tej,<br>löncskrémes<br>félbarna kenyér,<br>paradicsom                   | Csipketea,<br>csirkemell sonka,<br>mini ráma,<br>teljes kiórlésű<br>zsemle       | Gyümölcsstea,<br>májkrémes<br>teljes kiórlésű<br>kenyér,<br>kaliforniai paprika | Kefir,<br>mini ráma,<br>teljes kiórlésű<br>kenyér,<br>uborka               |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Gondozóház**

**Könnyű, vegyes étrend**

# É T L A P

2020. június 29 . július 5.

27. hét

|                | Hétfő  | Kedd  | Szerda   | Csütörtök   | Péntek  | Szombat   | Vasárnap  |
|----------------|--|---|--|---|---|---|---|
| <b>Reggeli</b> | Tejeskávé,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>paradicsom   | Citromos tea,<br>főtt debreceni<br>kolbász,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>mustár | Csokis tej,<br>Olasz felvágott,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>tv. paprika | Gyümölcsstea,<br>tojásos lecsó,<br>fehér kenyér   | Kakaó,<br>mini vaj,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>uborka             | Citromos tea,<br>sajtos<br>sült nagy kifli  | Csipketea,<br>sült<br>császárszalonna,<br>burgonyás kenyér,<br>vegyes zöldség |
| <b>Tízórai</b> | Nápolyi  | Gyümölcs  | Mini jam, zsemle   | Gyümölcs  | Májkrémes zsemle  | Ivólé   | Gyümölcs  |
| <b>Ebéd</b>    | Szilvaleves<br>Borsos tokány<br>Copfocska tészta<br>Csemege uborka     | Galuskaleves<br>Rakott<br>kelkáposzta   | Zöldségleves<br>Sertéspörkölt<br>Burgonyafőzelék   | Csurgatottészta<br>leves<br>Rántott<br>sertésszelet<br>Petrezselymes rizs<br>Paradicsomsaláta | Zöldborsóleves<br>Bolognai spagetti                                     | Reszelt leves<br>Sertéspörkölt<br>Karlábé főzelék                                 | Marhahúsleves<br>Sertés csülök<br>pékne módra<br>Vegyesvágott<br>savanyúság   |
| <b>Uzsonna</b> | Ivólé  | Molnárka  | Sajtkrémes kifli   | Sajtos rúd  | Túró rúdi   | Fonott kalács   | Gyümölcsle  |
| <b>Vacsora</b> | Citromos tea,<br>tavaszi<br>vagdalthús,<br>fehér kenyér,<br>póréhagyma | Zöldtea,<br>zsíros kenyér,<br>uborka  | Csipketea,<br>lilahagymás<br>körözött,<br>zsemle   | Kakaó,<br>mini vaj,<br>kuglóf   | Citromos tea,<br>tepertőkrémes<br>magkeverékes<br>kenyér,<br>póréhagyma | Gyümölcsstea,<br>sonka felvágott,<br>mini ráma,<br>félbarna kenyér,<br>paradicsom | Zöldtea,<br>mini ráma,<br>teljes kiőrlésű<br>kenyér,<br>uborka                |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Váczi Györgyné, Szabó Anna

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató