

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2020. augusztus 3 – 7.
32. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, csirkemellsonka, margarinos teljes kiörlésű kenyér, uborka	Csipketea, párizsi, margarin, félbarna kenyér, paradicsom	Tej, margarin, főtt tojáskarikák, teljes kiörlésű zsemle, paradicsom	Citromos tea, főtt virsli, ketchup, kukoricapelyhes kenyér	Tej, olasz felvágott, margarin, kenyér, paradicsom
Tízórai	Őszibarack	Limonádé	Nektarin	Alma	Gyümölcssaláta
Ebéd	Majorannás sertéssült Sárgarépa főzelék	Fokhagymás csirkemell Burgonyapüré	Zöldségerőleves Húsos tészta Csemege uborka	Rántott sonka (tepsiben sült) ½ adag petr. burgonya ½ adag párlt vegyes zöldség	Borsós csirkemáj Petrezselymes rizs
Uzsonna	Gyümölcstea, kenőmájas, burgonyás kenyér, reték	Tejeskávé, margarinos – mézes zsemle	Citromos tea, sonka, margarinos fehér magos kenyér, tv. paprika	Tojáskrém zsemle, uborka	Csipketea, csirkemellsonka, margarinos zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa -Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2020. augusztus 10 – 14.
33. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, sonka, margarin, rettek	Citromos tea, főtt tojás, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej, margarin, jam, burgonyás kenyér, lilahagyma	Csipketea, pulykaveronai felvágott, margarinos fehér kenyér, uborka	Kakaó, sütőben sült bundás kenyér, (teljes kiőrlésű kenyér)
Tízórai	Őszibarack	Nektarin	Almakompót	Limonádé	Sárgarépa csíkok
Ebéd	Petrezselymes húsgombóc Paradicsommártás Tört burgonya	Gyümölcslé Rakott zöldbab	Zöldfűszeres pulykamell Sárgarépás rizs Céklasaláta	Kalocsai gulyásleves Tejbegríz	Sült csirkecomb Zöldborsófőzelék
Uzsonna	Gyümölcsstea, felvágottkrémes zsemle, uborka	Tej, Zala felvágott, margarinos félbarna kenyér, tv. paprika	Limonádé, párizsikrémes zsemle, uborka	Tej, tojáskrémes kenyér, paradicsom	Citromos tea, almapüré banánnal, zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa - Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2020. augusztus 17 – 21.
34. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, hamburger hús, teljes kiőrlésű zsemle, vegyes zöldség	Csipketea, virslikrémes zsemle, tv. paprika	Tejeskávé, szendvics sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, retek		
Tízórai	Gyümölcslé	Gyümölcssaláta	Őszibarack		
Ebéd	Rakott brokkoli	Almával párolt csirkemell Rizi-bizi	Töltött paprika Főtt burgonya		
Uzsonna	Csipketea, párizsi, margarin, kenyér, lilahagyma	Tej, margarinos-mézés zsemle	Gyümölcsstea, halkrémes szőlőmagvas kenyér, kaliforniai paprika		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa - Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2020. augusztus 24 – 29.
35. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Reggeli	Gyümölcsstea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, főtt tojás karikák, margarin, kenyér, paradicsom	Gyümölcsstea, sült krinolin, ketchup, zsúrkenyér	Tea, zala felvágott, margarin, zsemle, uborka	Gyümölcsstea, felvágottkrém, teljes kiőrlésű zsemle, reszelt sárgarépa	Tej, margarin, főtt tojás karikák, burgonyás kenyér, reszelt uborka
Tízórai	Őszibarack	Limonádé	Nektarin	Banán	Gyümölcslé	Alma
Ebéd	Rizseshús Csemege uborka	Zabpelyhes Stefánia vagdalt Tökfőzelék	Szárnyasraguleves Grízes metét ízzel	Grillezett csirkemell Zöldséges rizs Befőtt	Brassói pulykapecsenye Főtt-sült burgonya Körtekompót	Májgaluskaleves Ízes palacsinta
Uzsonna	Tej, füstölt párizsi, margarinos burgonyás kenyér, paradicsom	Gyümölcsstea, sonkakrém zsemle, vajretek	Tej, tojáskrém zsemle, kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Citromos tea, Pápai sonka, margarinos zsemle, olivaolajos hagymasaláta	Tej, natúr kukoricapehely	Limonádé, Zala felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tejmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2020. augusztus 31 – szeptember 4.

36. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, csirkemellsonka, margarin, burgonyás kenyér	Tej, tojáskré (margarinnal), vágott zsemle, paradicsom	Csipketea, házi halkrémes (margarinnal), teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Karamellás tej, tavaszi rolád, Light margarin fehér kenyér	Citromos tea, házi kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, uborka
Tízórai	Alma	Limonádé, háztartási keksz	Körte	Őszibarack	Gyümölcsle
Ebéd	Töltött pulykamell (töltelékkel) Petrezselymes rizs Őszibarackbefőtt	Gyümölcsle Rakott kelkáposzta	Lecsós csirkemáj Tört burgonya Reszelt uborkasaláta	Sült pulykacomb Sárgarépafozelék	Palócleves (sertéshúsból) Grízmetélt ízzel
Uzsonna	Tej, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Gyümölcstea, sonkakrémes (margarinnal), félbarna kenyér, reték	Tea, főtt tojás karikák, margarin, kenyér, paradicsom	Gyümölcstea, zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Tej, ízesített margarinkrém, mixes zsemle, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa - Tóth Zoltán igazgató