

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2020. szeptember 7 – 11.
37. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, melegszendvics margarinnal sajttal (teljes kiőrlésű kenyér) uborka	Tejeskávé , házi pulykahúskrém félbarna kenyér, tv. paprika	Gyümölcsstea, sonka, margarin, kenyér, reszelt sárgarépa	Tej , kockasajt, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Gyümölcsstea, rántotta, fehér kenyér, paradicsom
Tízórai	Almakompót	Körte	Gyümölcslé	Nektarin	Alma
Ebéd	Húsleves Főtt sertéshús Meggymártás tejjel Burgonyapüré tejjel és margarinnal	Margarinos csirkemell Paradicsomos káposztafőzelék	Fűszeres halszeletek Zöldséges rizs Vitamin saláta	Májgaluskaleves Grízes metélt ízzel	Pulykatokány Petrezselymes burgonya Csemege uborka
Uzsonna	Tej , margarinos zsemle	Csipketea, kockasajt, mixes zsemle, póréhagyma	Tej , zsemle	Citromos tea, párizsi, margarin, burgonyás kenyér, přitamin paprika	Tej , Zala felvágott, Ligt margarinos kukoricapelyhes kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

É T L A P

2020. szeptember 14 – 18.
38. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcsstea, sonkakrém teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej , vitaminos margarin, zsemle, vegyes zöldség	Gyümölcsstea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé , szendvics sonka, margarinos rozsos kenyér, tv. paprika	Citromos tea, bundás kenyér (fehér kenyér, tepsiben sült)
Tízórai	Gyümöleslé	Banán	Limonádé	Körte	Sárgarépa csíkok
Ebéd	Majorannás sült csirkemáj Répás kuszusz Paradicsomsaláta	Tojáspörkölt Finomfőzelék	Tárkonyos pulykaleves Grízes metélt ízzel	Virslis kelkáposztafőzelék Fehér kenyér	Házi rizseshús Uborkasaláta
Uzsonna	Tej , citromos piskóta margarinos krémmel	Csipketea, baromfipárizsi, margarin, fehér kenyér, uborka	Karamellás tej , párizsi, margarin, zsúrkenyér, paradicsom	Zabpelyhes natúr joghurt gyümölcsdarabokkal, zsemle	Tej , házi paradicsomos halkrém, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. szeptember 21 – 25.
39. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej , tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Tej , párizsikrémes , kukoricapelyhes kenyér	Csipketea, csirkemell sonka, margarinos zsúrkenyér, vajretek	Tej , felvágottkrémes kenyér, paradicsom	Gyümölcsstea, főtt tojás, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, savanyú káposzta
Tízórai	Gyümölcsstea	Őszibarack	Limonádé	Körte	Limonádé
Ebéd	Húsos tészta Csemege uborka Alma	Tepsis pulykavagdalt Karfiolfőzelék	Kelkáposztaleves virslivel Ízes palacsinta	Aprósült Tejfölös tökfőzelék Burgonyás kenyér	Rakott kelbimbó Körtekompót
Uzsonna	Citromos tea, kocka sajt , zsemle	Gyümölcsstea, házi májkrémes zsemle, uborka	Kefir , margarinos zsemle, póréhagyma	Gyümölcsstea, kockasajt , zsemle, uborka	Citromos tea, sonka, margarin, vágott zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. szeptember 28 – október 2.

40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Citromos tea, szendvics sonka, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Kakaó , kockasajt , zsemle, jégcsap retek	Gyümölcsstea, sült krinolin, ketchup, fehér kenyér	Tej , tojáskrém , félbarna kenyér, paradicsom	Citromos tea, csirkemellsonka, teljes kiőrlésű kifli, tv. paprika
Tízórai	Csipketea Háztartási keksz	Narancslé	Citromos tea	Banánturmix	Alma
Ebéd	Töltött karalábé Alma	Zöldfűszeres csirkemáj Zöldséges rizs Csemege uborka	Főtt sertéshús Meggymártás Burgonyapüré	Sült csirkecomb Zöldborsófőzelék	Mészáros-leves Gyümölcsös tejberizs
Uzsonna	Tej , margarinos zsemle	Csipketea, halkrémes félbarna kenyér, lilahagyma	Tej , margarinos teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Citromos tea, párizsi, margarin, zsemle	Forralt tej , májpástétom, vágott zsemle, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!