

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. augusztus 31- szeptember 4.**

**36. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>		Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Kakaó, margarin, kenyér	Tea, bundás kenyér	Tej, natúr kukoricapehely
<b>Ebéd</b>		Babgulyás Húsos tészta Csemege uborka	Brokkolikrémleves Lecsós csirkemáj Burgonya	Kertészleves Sertés pörkölt Zöldborsófőzelék	Gyümölcsleves Házi rizseshús Vegyes vágott savanyúság
<b>Uzsonna</b>		Sonka, margarin, kenyér, pritamin paprika	Májusi felvágott, margarin, kenyér, lilahagyma	Baromfi párizsi, kenyér, tv. paprika	Halkrémes kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

# É T L A P

2020. szeptember 7-11..  
37. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, olasz felvágott, kenyér, uborka	Tea, sonka, margarin, kenyér	Tea, párizsi, margarin, kenyér	Tea, főtt tojás karikák, margarin, kenyér	Tea, turista szalámi, kenyér, uborka
Ebéd	Tojásleves Húsos tészta Csemege uborka Gyümölcs	Zöldségleves Csemege pulykasült Kelkáposzta főzelék	Gombakrémleves Serpényös burgonya kolbásszal Csemege uborka	Paradicsomleves Rántott halfilé Párolt rizs Csemege uborka	Csontleves Rácbabpaprikás Gyümölcs
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet, alma	Kenőmájas, kenyér, reték	Szardíniakrém, kenyér, paradicsom	Margarin, kenyér, tv. paprika	Ivólé puffasztott rizsszelet

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**É T L A P****2020. szeptember 14-18.****38. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tea, szalonnás rántotta, kenyér, lilahagyma	Tejeskávé, sonka, margarin, kenyér	Limonádé, májusi csemege szalámi, kenyér, reték	Tea, szardíniakrém, kenyér	Tej, margarin, kenyér, paradicsom
<b>Ebéd</b>	Zöldséges karfiollevés Mexikói tokány Párolt rizs	Csontleves Zöldborsós csirkemáj Burgonya	Marhaerőleves Rakott kelkáposzta	Köménymagleves Sült csirkecomb Tésztasaláta	Zöldségleves Pulykapecsenye Tököfőzelék
<b>Uzsonna</b>	Sonkakrémes kenyér, paradicsom	Párizsi, margarin, kenyér, pritamin paprika	Mini jam, margarin, kenyér	Zala felvágott, kenyér, tv. paprika	Puffasztott rizsszelet gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

**2020. szeptember 21-25.**

**39. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Kakaó, lekváros kenyér	Gyümölcslé, margarinos kenyér, pritamin paprika	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, májusi felvágott, margarin, kenyér	Tej, margarin, kenyér
<b>Ebéd</b>	Magyaros burgonyaleves Rizseshús Cékla saláta	Zellerkrémleves Budapest sertés tokány Petrezselymes rizs	Zöldséges karfiolleves Pusztapörkölt Káposztasaláta	Gulyásleves Káposztás tészta Gyümölcs	Kukoricadaragaluska- leves Pulykaaprósült Finomfőzelék
<b>Uzsonna</b>	Halkrémes kenyér, lilahagyma	Párizsi, margarin, kenyér	Tojáskrémes kenyér, paradicsom	Csemege szalámi, margarin, kenyér, retek	Sonka, margarin, kenyér, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

**2020. szeptember 28- október 2.**  
**40. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tea, mexikói felvágott, kenyér, uborka	Tej, margarinos kenyér	Tea, sült debreceni kolbász, mustár, kenyér	Tejeskávé, csirkemell sonka, kenyér, paradicsom	Tea, rántotta, kenyér
<b>Ebéd</b>	Zöldség leves Rakott karfiol	Zöldséges gombaleves Aprósült Burgonyafőzelék	Szárnyasraguleves Tejbegríz kukoricadarával Gyümölcs	Meggyleves Sült csirkecomb Kukoricás rizs Befőtt	Tavaszeleves Káposztás tészta
<b>Uzsonna</b>	Párizsi, margarin, kenyér	Sonkakrémes kenyér, lilahagyma	Tojáskrémes kenyér, pritamin paprika	Szardíniakrém, kenyér	Margarin, méz, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!