

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. október 5-9.

41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gabonás joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Tea, margarinos zsemle, kaliforniai paprika	Tej, vajás briós	Tea, csemegezalámi, teljes kiőrlésű kenyér, rettek	Kefir, hami rúd
Ebéd	Zöldségleves Pulyka pörkölt Paradicsomos káposztafőzelék	Gombakrémleves Csemege sertéssült Tört burgonya	Magyaros karfiolleves Mexikói pulykatokány Párolt rizs	Zöldséges tarhonyaleves Pusztapörkölt Káposztasaláta	Sertésraguleves Mákos tészta Gyümölcs
Uzsonna	Májusi felvágott, burgonyás kenyér, tv. paprika	Sonka, kenyér, alma	Sajtkrém teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Gyümölcsös túrókrém, vágott zsemle	Vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. október 12-16.

42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, lekváros puffancs	Tea, sonkás omlett, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kakaó, vajkrém, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Kefir, kifli	Tejeskávé, csirkemell sonka, teljes kiőrlésű zsemle, retek
Ebéd	Csontleves Sült kolbász Lencsefőzelék	Alföldi gulyásleves Tejberizs Gyümölcs	Zöldséges gombaleves Hentes sertéstokány Bulgur	Zöldborsóleves Milánói makaróni	Brokkolikrémleves Borsos marhatokány Petrezselymes rizs
Uzsonna	Sonkakrém teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Sajtos pereg	Turista szalámi, vágott zsemle, přitamin paprika	Halkrém teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Szezámós rúd, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. október 19-23.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, vajás kalács	Natúr joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Tea, olasz felvágott, korpás kenyér, uborka	Tea, hot-dog	
Ebéd	Paradicsomleves Házi rizseshús Cékla saláta	Gyümölcsleves Hal párizsiasan Főtt burgonya Vegyes vágott savanyúság	Marhaerőleves Bakonyi pulykatokány Copfocska tészta	Zellerkrémleves Zöldborsós csirkemáj Párolt rizs	
Uzsonna	Sonkakrém teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Körözött, vágott zsemle, lilahagyma	Mini méz, teljes kiőrlésű kifli	Tojáskrém teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. október 26-30.

44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sült szalonna, teljes kiőrlésű kenyér, póréhagyma	Csokis tej, vajás kuglóf	Gyümölcslé, melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyérből)	Kakaó, főtt tojáskarika, margarinos teljeskiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Tea, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)
Ebéd	Zabgaluskaleves Sertéspörkölt Tarhonya Almapaprika	Tejfeles karfiollevés Szerpenyős burgonya kolbásszal Csemege uborka	Tojásleves Rántott sertésmáj Burgonyapüré Vegyes befőtt	Suhíntott leves Sertés vagdalt Kelkáposztafőzelék	Mészárosleves Túrós sztrapacska
Uzsonna	Szezámos rúd, gyümölcs	Reszelt sárgarépa, margarinos teljes kiőrlésű zsemle	Sonka, margarin, kenyér, gyümölcs	Házi sajtos pogácsa	Marhapárizsi, zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató