

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. december 7-12.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Kakaó 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, szalonnás rántotta, kenyér 4 dkg, olívás zöldség	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, baromfi párizsi, kenyér 4 dkg, tv.paprika	Tea, turista szalámi, kenyér 4 dkg, uborka
Ebéd	Tejfölös karfiollevés Mexikói pulykatokány Párolt rizs 5 dkg rizsből	Kertészleves Marshall máj Párolt rizs 5 dkg rizsből Kovászos uborka	Húsleves Húsgombóc Paradicsommártás ½ adag burgonya	Zöldséges burgonyaleves Székelykáposzta	Legényfogó leves Káposztás tészta 5 dkg tésztából	Zöldséges gombaleves Aprósült Zöldborsófőzelék
Uzsonna	Csemege szalámi, kenyér 4 dkg, uborka	Gomolya sajt, kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Halkrémes kenyér 4 dkg, lilahagyma	Sonka, vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Puffasztott rizsszelet 2 db, mandarin 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2020. december 14-18.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, csirkemell sonka, kenyér 4 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, bundás kenyér 4 dkg	Tejeskávé 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Limonádé, sertésszíros kenyér 4 dkg, lilahagyma
Ebéd	Köménymagleves Erdélyi rakott káposzta	Gombakrémleves Pusztapörkölt 20 dkg burgonyából Cékla saláta	Hamis gulyásleves Vadas pulykatokány Penne tészta 4 dkg tésztából	Zellerkrémleves Lecsós virsli Párolt rizs 5 dkg rizsből	Zöldségleves Sertéspörkölt Szárzababfőzelék
Uzsonna	Szardíniakrém kenyér 4 dkg	Kenőmájas, kenyér 4 dkg, uborka	Sonka, margarin, kenyér, uborka	Sajtos párizsi, kenyér 4 dkg, paradicsom	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. december 21-25.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sajtkrém kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Joghurt, puffasztott rizszelet 2 db	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg		
Ebéd	Zöldséges karfiollevés Csemege sertéssült Tört burgonya 25 dkg	Csontleves Töltött káposzta rizzsel	Szárnyasraguleves Mákos tészta 5 dkg tésztából		
Uzsonna	Házi kapros túrókrém, kenyér 4 dkg, lilahagyma	Olasz felvágott, kenyér 4 dkg, tv.paprika	Sonka, vajkrém kenyér 4 dkg, paradicsom		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg**É T L A P**

2020. december 28- 2021. január 1.

53. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, májusi felvágott, kenyér 4 dkg, retek	Tea, melegszendvics 4 dkg	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	
Ebéd	Tojásleves Hajdúkáposzta Kenyér 3 dkg	Zöldborsóleves Húsos tészta 5 dkg tésztából Csemege uborka	Paradicsomleves Rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Orjaleves Disznótoros Párolt káposzta ½ adag sós burgonya	
Uzsonna	Zala felvágott, kenyér 4 dkg, paradicsom	Ivólé 100 %-os 2 dl	Zöldfűszeres túrókrém, kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika	Puffasztott rizsszelet 1 db, narancs 15 dkg	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató