

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
OLAJOSMAG MENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2020. december 7- 12.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tej, fonott kalács	Gyümölcs tea, kockasajt, korpás kifli, uborka	Csokis tej, Olasz felvágott, vajkrémes kenyér, tv. paprika	Zöldtea, húskrém, burgonyás kenyér	Kakaó, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej, bundás kenyér
Ebéd	Zellerkrémleves Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Sült kolbász karikák Sárgborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Savanyú tojásleves Barackos csirkemell Párolt rizs	Reform töltött káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Sajtos pogácsa	Alföldi gulyásleves Darás metélt Alma	Pincepörkölt Csemege uborka Gyümölcs
Uzsonna	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Szendvics sonka, margarinos barna zsemle, reszelt tojás	Körözött, teljes kiőrlésű kifli, lilahagyma	Gyümölcs joghurt, molnárka	Főtt tojás, vajkrém, kifli	Margarinos-mézes teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
OLAJOSMAG MENTES

É T L A P

2020. december 14 - 18.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, Zala felvágott, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér, vajretek	Kakaó, briós	Tej, Ausztria szalámi, joghurtos margarin, graham kifli, paradicsom	Gyümölcsstea, virslis, teljes kiőrlésű kenyér, mustár
Ebéd	Csontleves Rántott sertésszelet Francia saláta 1/2adag rizs	Paradicsomleves Gyrosos csirkemellcsíkok ½ adag rizs Joghurtos tzatzikisaláta	Zöldborsóleves Marhapörkölt Tarhonya Céklasaláta	Magyaros burgonyaleves Húsgombóc (pulykahúsból) Kefires tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Májgaluska leves Szatmári rakott burgonya Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Sonka, margarin, zsemle, uborka	Puding, keksz	Szárnyasmájkrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Light margarin, mixes zsemle, narancs	Párizsi, margarin, zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
OLAJOSMAG MENTES

É T L A P

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

2020. december 21 - 25.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, sárgarépas sajtkrém, teljes kiőrlésű kifli	Tea, kenyér, májkrém, tv paprika	Tej, vajjas briós		
Ebéd	Köménymagos leves Sertéspaprikás Galuska Alma	Fasirt Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Rántott halrudak Párolt rizs Csemege uborka		
Uzsonna	Szilvalekvár, kenyér	Ivólé lekváros kifli	Sonka, margarin, kenyér, narancs		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
OLAJOSMAG MENTES

É T L A P

2020. december 28 -2021.január 03.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea, tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, kuglóf alma	Tej, húskrém, burgonyás kenyér, lilahagyma	Zöldtea, szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika	
Ebéd	Zöldségleves Gombás csirketokány Párolt rizs Befőtt	Lebbencsleves Sertéspörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykapecsenye Kelkáposzta főzelék Kukoricapelyhes kenyér Ivólé	Tárkonyos raguleves Grízes metélt	
Uzsonna	Vajas-mézes zsúrkenyér	Zala felvágott, korpás kenyér, paradicsom	Olajos hal, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Krémsajtos graham kifli, körte	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!