

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tojásmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2021. február 1 – 5.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, kocka sajt, kukoricapelyhes kenyér, tv. paprika	Gyümölcstea, hamburgerhús zsemle, vegyes zöldség	Kakaó, baromfipárizsi, vitaminos margarin, burgonyás kenyér, uborka	Citromos tea, sült halas szendvics (halpástétom, zöldségek, reszelt sajt, rozsos kenyér)	Tej, sajtos sült kifli, píritamin paprika
Tízórai	Ivólé (100%-os)	Narancs	Mandarin	Alma	Banán
Ebéd	Fűszeres csirkecomb Zöldséges rizs Céklasaláta	Főtt hús Paradicsommártás Sós burgonya	Sertésraguleves Grízes metélt ízzel	Rakott sárgarépa Gyümölcslé	Aprósült Sütőtököfőzelék
Uzsonna	Zöldtea, házi májpástétom, teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Forralt tej, vajás zsemle	Csipketea, felvágottkrém, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej, csokis gabonagolyó	Gyümölcstea, póréhagymás túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2021. február 8 – 12.

6. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Kamillatea, sonka, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Karamellástej, vajkrémes molnárika, reszelt uborka	Csipketea, padlizsánkrémes teljes kiőrlésű bagett	Tej, Pápai sonka, light margarinos szőlőmagvas kenyér, paradicsom	Csipketea, házi sajtkrémes teljes kiőrlésű zsemle kaliforniai paprika
Tízórai	Mandarin	Alma	Banánturmix	Gyümölcslé	Narancs
Ebéd	Pulykaaprósült Finomfőzelék	Kapros-kefíres csirkemell Májas barna rizs Céklasaláta	Rostos ivólé Virslis kelkáposzta főzelék	Mészáros-leves Burgonyás tészta Csemege uborka	Párolt szelet Burgonyapüré Gyümölcssaláta
Uzsonna	Tej, párizsikrémes kenyér, uborka	Citromos tea, házi húspástétom, fehér kenyér, vajretek	Kefir, Vincellér kifli	Citromos tea, joghurtos margarin, hamirúd, lilahagyma	Forralt tej, lekváros zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tojásmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2021. február 15 – 19.

7. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcstea, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, zöldfűszeres kockasajt, margarinos burgonyás kenyér, hónapos retek	Csipketea, melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyérből) uborka	Tej, joghurtos margarin, zsemle	Kamillatea, házi tonhalas pástétom, teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma
Tízórai	Almakompót	Banán	Gyümölcsturmix	Gyümölcs saláta	Alma
Ebéd	Aprósült Karfiolfőzelék	Zöldséges csirkemáj Tört burgonya Olívaolajos savanyú káposzta	Csirkehúsos zöldbableves Grízes metélt ízzel	Vajas pulykamell Joghurtos tökfőzelék	Bolognai spagetti
Uzsonna	Forralt tej, petrezselymes túrókrém, vitaminos margarin korpás zsemle	Csipketea, csirkehúskrém, vágott zsemle, paradicsom	Natúr joghurt, baromfipárizsi, vajkrémes kifli	Gyümölcstea, brokkolis pulykahúskrém, félbarna kenyér	Mézes forralt tej, gabonapehely

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Tojásmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2021. február 22 – 26.

8. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csokis tej, karfiolkrém, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Gyümölcstea, sajtos virsli, köleses kenyér, reszelt téli retek	Tej, krémsajtos félbarna kenyér, vegyes zöldség	Citromos tea, ízesített margarinkrém, teljes kiőrlésű kenyér, párolt savanyú káposzta	Tej, felvágottkrémes vágott zsemle, uborka
Tízórai	Narancs	Banán	Gyümölcslé (100%)	Mandarin	Alma
Ebéd	Párolt sertésszelet Petrezselymes burgonya Friss salátakeverék joghurtos öntettel	Aprósült Paradicsomos káposztafőzelék	Halas rizottó Almás céklasaláta (házi)	Palóclevés /sertéshúsból/ Grízes metélt ízzel	Párolt pulykacomb Gyümölcsmártás Burgonyapüré
Uzsonna	Citromos tea, sárgarépakrém, magkeverékes kenyér, uborka	Tej, májusi felvágott, margarin, zsemle	Citromos tea, sertésmájkrém, korpás kifli, kaliforniai paprika	Vaníliás tej, csirkemellsonka, ligt margarinos kukoricapelyhes kenyér	Gyümölcstea, házi sonkakerémes burgonyás kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató