

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

2021. február 1-5.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, szalonnás omlett, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Kefir, teljes kiőrlésű kifli	Tea, baromfi párizsi, szezámagos zsemle, tv. paprika	Tej, lekváros puffancs	Limonádé, vajás teljes kiőrlésű kifli, kaliforniai paprika
Ebéd	Lebbencsleves Sertéspörkölt Zöldbabfőzelék	Tavaszi leves Rántott hal Hagymás tört burgonya Csemege uborka	Tojásleves Bolognai spagetti	Gombakrémleves Póréhagymás sertésszelet Párolt rizs	Gulyásleves Sajtos pogácsa
Uzsonna	Sonka, margarin, hami rúd paradicsom	Vajkrémes búzacsírás bagett, pritamin paprika	Túrókrémes teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Veronai felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Sonka, margarin, vágott zsemle, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2021. február 8-12.

6. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, körözöttes vágott zsemle jégcsapretek	Tejeskávé, vajkrémes mixes zsemle, kaliforniai paprika	Gyümölcsle, csemege szalámi, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kakaó, vajás kalács	Tea, sajtkrémes teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika
Ebéd	Galuskaleves Rakott karfiol	Szilvaleves Szerpenyős burgonya kolbásszal Almapaprika	Paradicsomleves Lecsős csirkemáj Petrezselymes rizs Vegyes vágott savanyúság	Köménymagos leves Zöldséges pulykaragu Bulgur	Palócleves Ízes bukta
Uzsonna	Marhahúsos párizsi, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Zsíros teljes kiőrlésű kenyér, lillahagyma	Kockasajt, Vincellér kifli	Tojáskrémes teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek	Vajas, kifli, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2021. február 15-19.

7. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Ivólé, halkrémes korpás kifli, kaliforniai paprika	Tea, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Kakaó, Zala felvágott, csészes margarin, zsemle, jégcsapretek	Gyümölcsös joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Tea, sonkás omlett, teljes kiőrlésű zsemle, póréhagyma
Ebéd	Brokkoli krémleves Hentes tokány Orsó tészta	Suhintott leves Erdélyi rakott káposzta	Daragaluskaleves Pulykapecsenye Tejfölös burgonyafőzelék	Zöldségleves Nyitrai sertésszelet Kukoricás rizs Csemege uborka	Lencseleves Darás metélt
Uzsonna	Reszelt sajt, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Ivólé, gyümölcs	Sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Sajtos pereg	Zöldfűszeres túrókrém, vágott zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P**2021. február 22-26.****8. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, hot-dog	Tejeskávé, olasz felvágott, korpás zsemle, uborka	Zöldtea, tojásos melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyérből)	Kakaó, teljes kiőrlésű kifli, kockasajt	Limonádé, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika
Ebéd	Tejfölös karalábéleves Szerb rakott tészta	Zellerkrémleves Brassói aprópecsenye Forgatott burgonya Cékla saláta	Kertészleves Sertésvagdalt Paradicsomos káposztafőzelék	Magyaros burgonyaleves Marhapörkölt Tarhonya Vegyes vágott savanyúság	Tárkonyos pulykaleves Ízes fánk
Uzsonna	Mini jam, teljes kiőrlésű kifli	Gabonás joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Tepertőkrémes zsemle, paradicsom	Mexikói felvágott, speciális barna zsemle, pritamin paprika	Szezámagos rúd, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!