

É T L L A P

2021. március 1 – 7.

9. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tej 2 dl, fűszeres margarinkrém, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, paradicsom	Csipketea., sült szalonna, korpás vekni 7 dkg, uborka	Zöldtea, újhagymás omlett, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó. 2 dl, szendvics sonka, mini ráma, burgonyás kenyér 5 dkg, paradicsom	Csipketea , krémsajtos teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Zöldtea, pirítós 7 dkg, mini vaj, kockasajt	Tej 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, reszelt sajt
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Tojáskrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Ebéd	Bakonyi betyárleves Mákos metélt 5 dkg tésztából eritrittel	Tojásleves Rántott sertésszelet Rizi-bizi 4 dkg rizsből Céklasaláta	Májgaluskaleves Főtt virsli Zöldborsófőzelék	Zöldségleves kurucosan Sertéstokány Orsó tészta 5 dkg tésztából Vegyesvágott savanyság	Tejfölös zöldbableves Fűszere sült tarja Hagymás tört burgonya 20 dkg Csemege uborka	Marhaerőleves Túrógombóc	Töltike leves Csirkepaprikás Kagyló tészta 5 dkg tésztából
Uzsonna	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Sajtkrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Nápolyi diab. 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl
Vacsora	Grill csirkecomb burgonyapüré 20 dkg vegyes vágott savanyúság	Tej 2 dl, margarinos fehér kenyér 7 dkg	Citromos tea, turista szalámi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, uborka	Aprósült Tökfőzelék Kenyér 3 dkg	Citromos tea, sonka, magyaros vajkrém, vágott zsemle 1 ½ db	Limonádé, pulyka felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg	Gyümölcstea, túrókrémes fehér kenyér 10 dkg, lilahagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L L A P

2021. március 8 – 14.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tej 2 dl, margarinos burgonyás kenyér 5 dkg, kaliforniai paprika	Csipketea , bundás kenyér 7 dkg	Zöldtea , sült császárszalonna fehér kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, vajkrémes vágott zsemle 1 db	Citromos tea , tojásos lecsó, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó diab. 2 dl, párizsikrém, burgonyás kenyér 5 dkg, uborka	Csipketea , zöldfűszeres sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg
Tízórai	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Nápolyi diab. 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Kefir, kifli ½ db	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl
Ebéd	Rizsleves Sertésvagdalt Kelkáposzta főzelék	Hamis gulyásleves Bolognai spagetti 5 dkg tésztából	Brokkoli krémleves Pincepörkölt 20 dkg burgonyával Káposztasaláta diab.	Grízgaluskaleves Sült kolbász Lencsefőzelék	Francia hagymaleves Sült csirkecomb Miskolci rakottas	Reszelttésztalesves Tojásos nokedli ½ adag Fejes saláta	Zöldségleves Csirkemell párizsiasan Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Diabetikus befőtt
Uzsonna	Alma 20 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Májkrémes kenyér 4 dkg	Alma 20 dkg
Vacsora	Sült halrudak petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Diab. befőtt	Citromos tea , tavaszi felvágott, mini ráma, fehér kenyér 10 dkg	Kakaó . 2 dl, mini vaj, császár zsemle 1 db	Rizseshús 5 dkg rizsből csemege uborka	Gyümölcstea., Olasz felvágott mini ráma, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, házi tepertős pogácsa 7 dkg	Gyümölcstea , pritaminos csirkemellsonka, mini ráma, fehér kenyér 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2021. március 15 – 21.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Gyümölcsstea , Pápai sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, hónapos retek	Zöldtea diab., kocsonya fehér kenyér 7 dkg	Citromos tea , sült debreceni, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Csipketea diab., hamburgerhús, zsemle 1 db, vegyes zöldség	Citromos tea., sertés májkrém, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Gyümölcsstea , tojás rántotta, fehér kenyér 7 dkg	Kakaó diab. 2 dl, mini vaj, zsemle 1 db
Tízórai	Rostoslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Sajtkrémes kenyér 4 dkg	Natur joghurt, kifli ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Parizer, kenyér 4 dkg
Ebéd	Daragaluskaleves Fokhagymás pecsenye Tejfölös tökfőzelék	Paradicsomleves diab. Rántott hal Tört burgonya 15 dkg Céklasaláta diab.	Köménymagos leves Vajon párolt csirkemell Majonézes tésztasaláta 5 dkg	Szegedi gulyásleves galuska nélkül Almás béles	Tarhonyaleves Rakott kelkáposzta	Suhintott leves Töltött paprika ½ adag főtt burgonya	Húserőleves Brassói apró pecsenye Forgatott burgonya 20 dkg Csemegeuborka
Uzsonna	Vajas kifli 1 db	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Molnárka ½ db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Vacsora	Sajtos spagetti 5 dkg tésztából	Tej 2 dl, mini ráma, hami rúd 1 ½ db	Gyümölcsstea , kockasajt, mini ráma, kukoricapelyhes kenyér 10 dkg	Stefánia vagdalt burgonyapüré 15 dkg csemege uborka	Tejeskávé . 2 dl, Diák csemege mini ráma, burgonyás kenyér 7 dkg, paradicsom	Citromos tea, Olasz felvágott, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg, hónapos retek	Gyümölcsstea , körözött, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház
Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

ÉTLAP

2021. március 22 – 28.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Citromos tea, csirkemell sonka margarinos teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Kakaó 2 dl, szárnyas májkrém, zsemle 1 db, zöldhagyma	Zöldtea , sült debreceni kolbász, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Citromos tea , tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, tv. paprika	Csipketea , tepertőkrém, félbarna kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg
Tízórai	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Rostoslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Vincellér kifli 1 db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Margarinos kifli 1 db	Kockasajt, kenyér 4 dkg
Ebéd	Zöldségleves Rácbapaprikás	Csurgatott tésztaleves Sült csirkecomb Tört burgonya 20 dkg Almanaprika	Zöldborsóleves Spagetti szénégető módra 5 dkg tésztából	Gombakrémleves Szatmári rakott burgonya 20 dkg burgonyából Csemege uborka	Karfiolleves Pulyka vadász módra Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Kuszkuszos metélt 5 dkg tész	Húserőleves Ránott sajt Burgonyapüré 15 dkg Diabetikus befőtt
Uzsonna	Sajtos kifli 1 db	Margarinos kenyér 4 dkg	Húskrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Joghurt, kifli ½ db	Molnárka ½ db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán
Vacsora	Zúza pörkölt tarhonya 5 dkg tarhonyából csemege uborka	Gyümölcstea , Zala felvágott teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Nudli 10 dkg fahéjal	Tej 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, vitamin paprika	Citromos tea , májkrém, teljes kiőrlésű kifli 2 db	Zöldtea, sonka, margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, vitamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L L A P

2021. március 29. április 4.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű bagett 5 dkg, paradicsom	Citromos tea diab., párizsi, vitaminos margarin fehér kenyér 7 dkg	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcstea., főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó diab. 2 dl, mini ráma burgonyás kenyér 5 dkg, lilahagyma	Citromos tea , sajtos sült kifli 1 ½ db	Tej 2 dl, mini ráma, marha párizsi, fehér kenyér 5 dkg, paradicsom
Tízórai	Margarin, kifli 1 db	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Sajtkrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Csoki nyuszi diab.
Ebéd	Árpagyöngyleves Hentes sertés tokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából	Karalábéleves Cigánypecsenye Hagymás tört burgonya 20 dkg Almapaprika	Reszeltleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Magyaros burgonyaleves Töltött káposzta	Zöldséges babeleves (kevésbé sűrű) Nudli 10 dkg fahéjal	Salátaleves Marhapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Céklasaláta.	Csontleves Sült csirkecomb Tört burgonya 20 dkg Diabetikus befőtt
Uzsonna	Ívólé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Sajtos pereg 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Kefir, kifli ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl
Vacsora	Aprósült Brokkolifőzelék	Zöldtea, húspástétom, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg	Zöldtea diab., snidlinges csirkemellsonka, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg	Húsos rakott tészta 5 dkg tésztából	Joghurt, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db	Gyümölcstea., Diákcsemege, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg	Zöldtea , szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!