

# É T L A P

**2021. március 1 - 5.**  
**9. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Kakaó, baromfifelvágott, zsemle	Gyümölcsstea, sonkakrémes kenyér	Tej, margarinos-mézes zsemle	Karamellás tej, sonka, zsemle	Zöldtea, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika
<b>Ebéd</b>	Zöldségleves Párolt csirkemell Párolt rizs Csemege uborka	Sólet tojás nélkül Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Fahéjas szilvaleves Gombás sertésszelet Párolt rizs Bajor saláta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Egri húsleves Tejberizs Gyümölcs
<b>Uzsonna</b>	Olasz felvágott, margarin, kenyér, gyümölcs	Párizsi, margarin, barna zsemle, rettek	Löncs felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos rettek	Zala felvágott, margarin, zsemle, gyümölcs	Mustáros halkrém, burgonyás kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák**  
**TEJ, TOJÁS, ROZS ÉS**  
**KUKORICAMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

# É T L A P

**2021. március 8 - 12.**  
**10. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tejeskávé, felvágottkrémes zsemle, tv.paprika	Tej, Turista szalámi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csipketea, főtt virsli, ketchup, kenyér	Kakaó, Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Tea, margarinos zsemle, sonka, uborka
<b>Ebéd</b>	Köménymagleves pirított kenyérkocka Fűszeres halszelet Tört burgonya Befőtt	Csontleves Vadas marhatokány Csőtészta	Csemege sertéssült Zöldborsófőzelék rántva Teljes kiőrlésű kenyér Ívólé	Zöldségleves Csirkemell budapest módra Párolt rizs Vitamin saláta	Sertéspörkölt Burgonyafőzelék Kenyér Banán
<b>Uzsonna</b>	Baromfipárizsi, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Kenőmájas, zsemle, gyümölcs	Sonka, margarin, zsemle, reték	Tavaszi felvágott, kenyér, alma	Tej, sonka, zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák**  
**TEJ, TOJÁS, ROZS ÉS**  
**KUKORICAMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

# É T L A P

2021. március 15 - 19.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>		Tej, felvágottkrémes kenyér, uborka	Tej, Pápai sonka, korpás zsemle, hónapos retek	Tej, májpástétomos teljes kiörlésű kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcsstea, Csemege szalámi, margarinos zabos kenyér, uborka
<b>Ebéd</b>		Tavaszelevés Aprósült Tökfőzelék Teljes kiörlésű kenyér	Sertésraguleves Káposztás tészta Gyümölcs	Zöldségleves Pulykarizottó sajt nélkü Csemege uborka	Rántott leves pirított kenyérkocka Almával párolt csirkemell Tört burgonya
<b>Uzsonna</b>		Májusi felvágott, margarinos zsemle	Paradicsomos halkrém, teljes kiörlésű kenyér	Zala felvágott, margarin, köleses zsemle gyümölcs	Sonka, margarin, kenyér, paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák**  
**TEJ, TOJÁS, ROZS ÉS**  
**KUKORICAMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

# É T L A P

2021. március 22 - 26.

12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, sonka, zsemle	Citromos tea, sült császár szalonna, fehér kenyér, lilahagyma	Kakaó, margarinos köleses zsemle, sárgarépa csíkok	Csipketea, tavaszi rolád, zsemle	Tej, sonkakrém, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Jókai bableves csipetke nélkül tejfel nélkül Mákos metélt Alma	Zöldséges burgonyaleves Pulykapörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyleves Natúr harcsaszelet Párolt rizs Csemegeuborka	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Zöldségleves Brassói aprópecsenye Uborkasaláta
Uzsonna	Virslíkrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Sonka, margarin, zsemle, gyümölcs	Olasz felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, párizsi, margarin, vágott zsemle paradicsom	Margarinos-mézes kenyér, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

**Óvodai konyhák**  
**TEJ, TOJÁS, ROZS ÉS**  
**KUKORICAMENTES**

# É T L A P

**2021. március 29 - április 2.**  
**13. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Karamellás tej, baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Csipketea, felvágottkrémes kenyér, uborka	Tejeskávé, baromfifelvágott, zsemle  banán	Zöldtea, felvágottkrémes teljes kiőrlésű kenyér	<b>Nagypéntek</b>
<b>Ebéd</b>	Mészáros-leves Gránátos kocka Uborkasaláta	Zöldségleves Rakott brokkoli (barna rizzsel) Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykaraguleves Káposztás tészta	Paradicsomleves Párolt szelet Párolt rizs Bolgár saláta	
<b>Uzsonna</b>	Sonka, margarin, zsemle, alma	Tej, sárgarépas margarin, zsemle, alma	Pápai sonka, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Zala felvágott, margarin, zsemle, uborka	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!