

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. június 7 – 11.
23. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, zala felvágott, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, kenőmájas, hami rúd, zöldhagyma	Citromos tea, gyümölcsös túrókrém teljes kiőrlésű kenyér,	Kakaó, vajás kukoricapelyhes kenyér, uborka csíkok	Citromos tea, csirkemell sonka, joghurtos margarin, burgonyás kenyér, pritamin paprika
Tízórai	Limonádé	Gyümölcs	Banán	Gyümölcslé (100%-os)	Alma
Ebéd	Aprósült Petrezselymes burgonya Almakompót	Tavaszi csirkemell Joghurtos öntet Kuszkusz	Sertésraguleves Grízes metélt ízzel	Pulykabrassói Paradicsomos káposztafőzelék	Párolt szelet Burgonyapüré Befőtt
Uzsonna	Forralt tej, kukorica pehely	Gyümölcstea, reszelt sajt, margarinos félbarna kenyér, tv. paprika	Tej, light margarinos zsemle	Gyümölcstea, sonkakerém, nagy kifli, vegyes zöldség	Tej, sárgarépakrém teljes kiőrlésű zsemle, jégcsap retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2021. június 14 – 18.
24. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, sonka, margarin, fehér kenyér, uborka	Citromos tea, brokkolikrémes teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej, joghurtos margarin félbarna kenyér	Gyümölcstea, főtt virsli, teljes kiőrlésű kenyér, ketchup	Tej, házi sajtkrémes teljes kiőrlésű zsemle, jégscap retek
Tízórai	Alma	Banán	Limonádé, új karalábé csíkok	Narancslé	Gyümölcssaláta
Ebéd	Köményes sertésszelet Tökfőzelék	Párolt pulykamell Zöldséges rizs Befőtt	Aprósült Zöldbabfőzelék	Tárkonyos csirkeraguleves Grízes metélt	Paradicsomlé Csirkemájás rizottó
Uzsonna	Csipketea, szendvics sonka, light margarinos burgonyás kenyér, vajretek	Forralt tej, mézes zsemle	Citromos tea, búzacsirás pulykahúskrém, Vincellér kifli	Karamellás tej, margarinos magkeverékes kenyér, reszelt sajt, zöldhagyma	Citromos tea, házi halkrémes, zabos kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2021. június 21 – 25.
25. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Karamellás tej, Pápai sonka, vajkrémes kifli, kalifornia paprika	Citromos tea, karfiolkrémes teljes kiőrlésű kifli, reszelt uborka	Tej, melegszendvics vegyes zöldség	Gyümölcsstea, felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej, sonkakrém, margarinos zsemle, vajretek
Tízórai	Gyümölcsturmix	Banán	Csipketea, sárgarépa csíkok	Gyümölcssaláta	Gyümöleslé (100%-os)
Ebéd	Húsos tészta Csemege uborka	Párolt csirkecomb Zöldborsófőzelék	Bazsalikomos csirkemáj Sonkás rizs Alma kompót	Bakonyi betyárleves Káposztás kocka	Főtt hús Gyümölcsmártás Tört burgonya
Uzsonna	Csipketea, házi kenőmájás, kukoricapelyhes kenyér, uborka	Natúr joghurt, vajkrémes zsemle	Citromos tea, kockasajt, light margarinos burgonyás kenyér	Tej, gabona pehely	Csipketea, barackos túrókrém, rozsos kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2021. június 28 – július 2.
26. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Karamellás tej, csirkemell sonka, vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Citromos tea, sajtkrémes teljes kiőrlésű kifli, zöldhagyma	Tej, párizsikrémes zsemle, lilahagyma	Gyümölcsstea, felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, vegyes zöldség	Tej, vajas mézes fehér kenyér
Tízórai	Gyümölcs	Citromos tea gyümölcs	Rostoslé	Limonádé, gyümölcs	Banánturmix
Ebéd	Sült csirkecomb Karalábéfőzelék	Párolt pulykamell ½ adag párolt vegyes zöldség köret ½ adag tört burgonya	Házi májas rizseshús Őszibarack befőtt	Bolognai spagetti	Alföldi gulyásleves galuska nélkül Grízes metélt ízzel
Uzsonna	Citromos tea, Zala felvágott, margarinos kenyér, paradicsom	Forralt tej, margarinos zsemle	Citromos tea, reszelt sajt, margarinos burgonyás kenyér, kalifornia paprika	Forralt tej, margarinos , Vincellér kifli, reték	Gyümölcsstea, májkrem, rozsos kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!