

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

**CUKORBETEG**

# É T L A P

2021. október 4-8

40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, füstölt párizsi, margarinos kenyér 4 dkg, tv. paprika	Natúr joghurt, puffasztott rizsszelet 2 db	Csipketea, főtt krinolin, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, mustár	Tea diab., olasz felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, retek	Limonádé diab., vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom
Ebéd	Tejfölös karfiolleves Hentes tokány Bulgur 5 dkg bulgurból	Tarhonyaleves Pulykapörkölt Tökfőzelék	Tojásleves Bolognai spagetti 5 dkg tésztával	Zellerkrémleves Zöldbosós csirkemáj Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Csontleves Rakott burgonya kolbásszal 20 dkgburgonyával Kovászos uborka
Uzsonna	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli 1 db	Zala felvágott, margarin, kenyér 4 dkg	Körözöttes kenyér 4 dkg póréhagyma	Vajkrémes molnárka ½ db	Löncskrémes teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

**CUKORBETEG**

# É T L A P

2021. október 11-15

41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, csemege szalámi, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, hagymás omlett, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Tea, májusi felvágott, teljes kiőrlésű kifli 1 db, uborka	Gyümölcsstea dib., főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg
Ebéd	Galuskaleves Csíkos tokány Copfocska tészta 5 dkg tésztából	Zöldborsókrémleves Pusztapörkölt 20 dkg burgonyával Cékla saláta	Szárnyasraguleves Káposztás tészta 5 dkg tésztával	Árpagyöngyleves Gombás tokány Bulgur 5 dkg tésztával	Húsleves Főtt sertéshús Almamártás diab. ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Párizsi, margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom	Halkrémes kenyér, lilahagyma	Zala felvágott, margarin, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Sonkakrémes kenyér 4 dkg	Tojáskrémes teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**

**CUKORBETEG**

# É T L A P

2021. október 18-22.

42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea diab., sajtos-sült kifli 1 db	Tea diab., margarinos kifli 1 db, uborka	Tea diab., tojásos melegszendvics ( 4 dkg teljes kiőrlésű kenyérből)	Kakaó 2 dl, puffasztott rizsszelet	Tea, csirkemell sonka, szezámmagos kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika
Ebéd	Daragaluskaleves Csemege sertés sült Kelkáposztafőzelék	Zöldséges karfiolleves Vadas marhatokány Penne tészta 5 dkg tésztából	Paradicsomleves Házi rizseshús 5 dkg rizsből Vegyes vágott savanyúság	Köménymagleves Pírtott kenyérkocka Rozmaringos csirkecomb Vajas burgonya 20 dkg	Halgaluskaleves Túrós csusza 5 dkg tésztából
Uzsonna	Margarinos teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom	Kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, lilahagyma	Párizsi, margarin, kifli 1 db, paradicsom	Zala felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, uborka	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli 1 db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**

**CUKORBETEG**

# É T L A P

2021. október 25-29

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, tv. paprika	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea diab., főtt tojás karika, margarinos kenyér 4 dkg, pirosarany	Limonádé, bundás kenyér (4 dkg teljes kiőrlésű kenyérből)	Zöldtea, főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg
Ebéd	Hamis gulyásleves Aprósült Paradicsomos káposztafőzelék diab.	Zöldségleves Szalonnás csirkemáj Tört burgonya 20 dkg	Gombakrémleves Mustáros sertés szelet Párolt rizs 5 dkg rizsből	Hajdúsági pulykaleves Káposztás tészta 5 dkg tésztából	Lebbensleves Rakott karfiol
Uzsonna	Kockasajt, kifli 1 db	Zöldfűszeres túrókrém, teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, uborka	Margarinos teljes kiőrlésű kifli 1 db, přitamin paprika	Veronai felvágott, kenyér 4 dkg., retek	Sajtkrém teljes kiőrlésű kenyér 4 dkg, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató