

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. október 4-8.

40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, füstölt párizsi, margarinos zsemle, tv. paprika	Natúr joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Csipketea, főtt krinolin, teljes kiőrlésű kenyér, mustár	Kakaó, olasz felvágott, teljes kiőrlésű kenyér, rettek	Limonádé, vitaminos margarin, magvas zsemle, paradicsom
Ebéd	Tejfölös karfiolleves Hentes tokány Bulgur	Tarhonyaleves Pulykapörkölt Tökfőzelék	Tojásleves Bolognai spagetti	Zellerkrémleves Zöldborsós csirkemáj Petrezselymes rizs	Csontleves Rakott burgonya kolbásszal Kovászos uborka
Uzsonna	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Kakaós csiga, gyümölcs	Körözöttes vágott zsemle, póréhagyma	Vajkrémes molnárka	Löncskrémes teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P**2021. október 11-15.****41. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, csemege szalámi, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Tej, lekváros puffancs	Tea, hagymás omlett, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tejeskávé, májusi felvágott, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Gyümölcstea, főtt virsli, mustár, kenyér
Ebéd	Galuskaleves Csikós tokány Copfocska tészta	Zöldborsókrémleves Pusztapörkölt Cékla saláta	Sertésraguleves Tejberizs	Árpagyöngyleves Gombás tokány Bulgur	Húsleves Főtt sertéshús Gyümölcsmártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Gyümölcsös túrókrém, vágott zsemle	Halkrémes zsemle, lilahagyma	Zala felvágott, margarin, kenyér, gyümölcs	Sonkkrémes szezámagos zsemle	Tojáskrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2021. október 18-22.

42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sajtos-sült kifli	Tejeskávé, margarinos kifli, uborka	Tea, tojásos melegszendvics (teljes kiőrlésű kenyérből)	Kakaó, vajjas briós	Tea, csirkemell sonka, szezámagos kenyér, kaliforniai paprika
Ebéd	Daragaluskaleves Csemege sertéssült Kelkáposztafőzelék	Zöldséges karfiolleves Vadas marhatokány Penne tészta	Paradicsomleves Házi rizseshús Vegyes vágott savanyúság	Köménymagleves Pirított kenyérkocka Párolt szelet Vajjas burgonya	Halgaluskaleves Túrós csusza
Uzsonna	Margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Kenőmájás, teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Párizsi, margarin, kifli, paradicsom	Zala felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Mini méz, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P**2021. október 25-29.****43. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, baromfi párizsi, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Pudingos tej, vajás puffancs	Tea, főtt tojás karika, margarinos kenyér, pirosarany	Limonádé, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Zöldtea, hot-dog
Ebéd	Hamis gulyásleves Sertés vagdalt Paradicsomos káposztafőzelék	Zöldségleves Szalonnás csirkemáj Tört burgonya	Gombakrémleves Mustáros sertés szelet Párolt rizs	Hajdúsági pulykaleves Kuszkuszos metélt Sárgabarack lekvár	Lebbencsleves Rakott karfiol
Uzsonna	Kockasajt, kifli	Zöldfűszeres túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Margarinos teljes kiőrlésű kifli, pritamin paprika	Veronai felvágott, korpás zsemle, reték	Sajtkrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!