

É T L A P

2021. november 1-5.

44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Gyümölcsstea, veronai felvágott, margarinos kenyér, tv. paprika	Tej, margarinos kenyér	Joghurt, kenyér	Csipketea, párizsi, margarin, kenyér, retek
Ebéd		Zöldségleves Lucskos káposzta Gyümölcs	Karalábéleves Budapest pulykatokány Tört burgonya	Vegyes gyümölcsleves Szezámagos rántott hal Párolt rizs Csemege uborka	Csontleves Sertéspörkölt Sárgaborsófőzelék
Uzsonna		Sonka, margarin, kenyér, paradicsom	Sajtkrémes kenyér, pritamin paprika	Turista felvágott, kenyér, retek	Tojáskrém, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P**2021. november 8-12.****45. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, hagymás rántotta, kenyér, uborka	Kakaó, zala felvágott, kenyér, paradicsom	Zöldtea, sült kolbász, mustár, kenyér	Karamellás tej, vajás kenyér	Tea, margarinos kenyér, kaliforniai paprika
Ebéd	Zöldborsóleves Sertéspaprikás Szarvacska tészta	Zöldségleves Szárnyasrizotto Káposztasaláta	Kukoricadaragaluska- leves Pulykapörkölt Lencsefőzelék	Tojásleves Párolt sertésszelet Vajás burgonya Cékla saláta	Sertésraguleves Káposztás tészta
Uzsonna	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Mini méz, margarin, kenyér	Húskrémes kenyér, tv. paprika	Baromfi párizsi, kenyér, uborka	Sonka, margarin, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P**2021. november 15-19.****46. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, sült szalonna, kenyér, lilahagyma	Tejeskávé, vitaminos margarin, kenyér, tv. paprika	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Kefir, kenyér	Tej, lekváros kenyér
Ebéd	Zöldségleves Aprósült Tejfeles burgonyafőzelék	Zöldséges karfiolleves Lecsós csirkemáj Párolt rizs	Francia hagymaleves Pusztapörkölt Savanyú káposzta	Sertésraguleves Túrós tészta	Tojásleves Natúrselet Párolt káposzta ½ adag burgonya
Uzsonna	Halkrémes teljes kenyér, paradicsom	Zala felvágott, kenyér, jégcsapretek	Tepertőkrémes kenyér, uborka	Vajkrémes kenyér, kaliforniai paprika	Kockasajt, kenyér, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2021. november 22-26.

47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csipketea, olasz felvágott, margarinos kenyér	Tej, vajkrémes kenyér, uborka	Kefir, kenyér	Kakaó, vajjas kenyér	Gyümölcsös joghurt, kenyér
Ebéd	Zöldségleves Rakott zöldbab	Zöldséges gombaleves Főtt hús Paradicsommártás ½ adag burgonya	Almaleves Lenmagos rántott hal Párolt rizs Csemege uborka	Egri húsleves Káposztás tészta	Magyaros karfiolleves Cigánypecsenye Hagymás tört burgonya Cékla saláta
Uzsonna	Kenőmájas, kenyér, tv. paprika	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Löncskrémes kenyér, pritamin paprika	Csirkemell sonka, csészés margarin, kenyér, paradicsom	Körözött, kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P**2021. november 29- december 3.****48. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcsstea, főtt debreceni, kenyér, mustár	Kakaó, marhahúsos párizsi, kenyér, paradicsom	Tea, bundás kenyér	Tej, vajas-mézes kenyér	Zöldtea, párizsi, margarin, kenyér, uborka
Ebéd	Zöldségleves Aprósült Finomfőzelék	Köménymaglevés pirított kenyérkocka Húsos tészta Csemegeuborka	Paradicsomleves Pirított sertésmáj Sós burgonya Vegyes vágott savanyúság	Zellerkrémleves pirított kenyérkocka Marhapörkölt Tészta Csemege uborka	Zöldséges burgonyaleves Székelykáposzta
Uzsonna	Vajas kenyér, gyümölcs	Zöldfűszeres kockasajt, kenyér	Vitaminos margarin, reszelt sajt, kenyér, uborka	Csemege szalámi, margarinos kenyér, tv. paprika	Sonkakrémes kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!