

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
LAKTÓZMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2021. december 6- 11.

49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tej., zsemle	Gyümölcs tea, kockasajt korpás zsemle, uborka	Tej Olasz felvágott, margarinos szezámmagos kenyér,	Zöldtea, húskrém burgonyás kenyér gyümölcs	Kakaó margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej bundás kenyér
Ebéd	Tavaszi leves Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Sült kolbász karikák Sárgborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Köménymagleves pirított kenyérkocka Párolt csirkemell Párolt rizs Őszibarackbefőtt	Reform töltött káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Ivólé	Alföldi gulyásleves Darás metélt Alma	Pincepörkölt Csemege uborka Gyümölcs
Uzsonna	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Szendvics sonka, margarinos barna zsemle, reszelt tojás	Sardiniakrém, teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Gyümölcs joghurt , molnárka	Főtt tojás, margarin, zsemle	Margarinos-mézes teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2021. december 13 - 17.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, kockasajt, teljes kiőrlésű kenyér, vajretek	Kakaó, margarinos-jamos zsemle	Tej, Ausztria szalámi, margarin, kenyér paradicsom	Gyümölcstea, virslis, teljes kiőrlésű kenyér, mustár
Ebéd	Csontleves Rántott sertésszelet ½ adag párolt zöldség ½ adag rizs	Paradicsomleves Gyrosos csirkemellcsíkok Párolt rizs Uborkasaláta	Zöldborsóleves Marhapörkölt Tarhonya Céklasaláta	Magyaros burgonyaleves Húsgombóc (pulykahúsból) Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Májgaluska leves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Sonka, margarin, zsemle, uborka	Ivólé, keksz	Szárnyasmájkrém, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Tavaszi felvágott, margarin, mixes zsemle, narancs	Párizsi, margarin, zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2021. december 20 - 24.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé kockasajt teljes kiőrlésű zsemle	Tea, magkeverékes kenyér, húskrém, tv paprika	Tej , margarinos zsemle	Tea, májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	
Ebéd	Köménymagos leves Sertéspörkölt Galuska Csemege uborka Alma	Fasirt Burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Párolt szelet Párolt rizs Csemege uborka	Meggyleves Pulyka pecsenye Bulgur Káposztával töltött paprika	
Uzsonna	Szilvalekvár, kenyér	Ivólé, lekváros zsemle	Múzli szelet Narancs	Párizsi, margarin, zsemle	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák
LAKTÓZMENTES

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2021. december 27 -31.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea, tükörtojás, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé zsemle, alma	Tej húskrém , burgonyás kenyér, liliahagyma	Zöldtea, szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika	Tej főtt tojás, margarinos zsemle paradicsom
Ebéd	Zöldségleves Gombás csirketokány Párolt rizs Befőtt	Lebbencsleves Sertéspörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Pulykapecsenye Kelkáposzta főzelék Kukoricapelyhes kenyér Müzli szelet	Raguleves Mákos metélt	Rakott burgonya Csemege uborka Teljes kiőrlésű kenyér
Uzsonna	Margarinos-mézes zsúrkenyér	Zala felvágott, korpás kenyér, paradicsom	Olajos hal, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Kockasajt , zsemle, körte	Ivólé, müzliszelet

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató