

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2023. október 2 - 6.
40. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, sonka, vajkrém, kenyér, vegyes zöldség	Tej, retek krémes kenyér, paradicsom	Gyümölcstea, Pápai sonka, margarinos kenyér, tv paprika	Tejeskávé, margarinos-mézes kenyér	Csipketea, sajtkrémes, kenyér, kaliforniai paprika
Tízórai	Nektarin	Limonádé	Gyümölcslé	Banánturmix	Alma
Ebéd	Aprósült Kelkáposzta főzelék	Rakott tök Kenyér Banán	Csirkemájás rizottó Céklasaláta	Grill csirkemell Burgonyapüré Almakompót	Újházi csirkeleves Túrós tészta
Uzsonna	Forralt tej, vajás kenyér, reszelt sárgarépa	Zöldtea, csirkemell sonka, vajkrém, kenyér,	Tej, sárgarépakrémes, kenyér, jégcsapretek	Csipketea, cukkini krémes kenyér, paradicsom	Tej, margarin kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

ÉTLAP

2023. október 9 - 13.

41. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, főtt virsli, mustár, kenyér	Gyümölcstea, őszibarackos túrókrém, kenyér	Karamellás tej, joghurtos margarin kenyér	Gyümölcstea, Zala felvágott, vajkrémes kenyér, uborka	Tej, tükörtojás, kenyér, přitámin paprika
Tízórai	Gyümölcslé	Gyümölcs saláta	Csipketea	Banánturmix	Gyümölcslé
Ebéd	Lecsós csirkemáj Brokkoli főzelék Alma	Zöldséges pulykacomb Sajtmártás Petrezselymes rizs	Párolt csirkemell Paradicsomos burgonyafőzelék	Alföldi gulyásleves Tejbegríz kukoricadarával Kenyér	Kakukkfűves csirkecomb Csőben sült karfiol
Uzsonna	Csipketea, pulykahús krémes kenyér, póréhagyma	Tej, tavaszi sajtos rolád, kenyér	Citromos tea, kockasajt, kenyér, kaliforniai paprika	Tej, halkrémes kenyér, lilahagyma	Csipketea, zellerkrémes kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2023. október 16 - 20.
42. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, tojásrántotta, kenyér, póréhagyma	Gyümölcstea, sajtos sült kenyér, paradicsom	Tej, sárgarépakrém kenyér, tv paprika	Tej, meleg szendvics	Kakaó, sonka, vajkrém kenyér, jégcsapretek
Tízórai	Alma	Citromos tea	Gyümölcssaláta	Gyümölcslé	Alma
Ebéd	Húsos tészta Csemege uborka	Aprósült Kefíres tökfőzelék Kenyér	Rakott kelkáposzta (pulykahúsból) Körte kompót	Párolt csirkemell Paradicsommártás Burgonyapüré	Májás-zöldséges rizs Befőtt
Uzsonna	Tej, krémsajtos kenyér, vajretek	Tej, mini méz, margarin, kenyér	Csipketea, marha párizsi, light margarin, kenyér, uborka	Citromos tea, körözöttes kenyér, paradicsom	Gyümölcstea, mogyorókrém kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2023. október 23 - 27.

43. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli		Joghurt, párizsi krémes kenyér	Tej, vajkrémes kenyér, paradicsom	Tejes kávé, tojáskrém kenyér, lilahagyma	Tej, szendvics sonka, vitaminos margarin, kenyér, savanyú káposzta
Tízórai		Körte	Gyümölcslé	Almakompót	Őszibarack
Ebéd		Rakott kelbimbó Mandarin	Sertésraguleves Almás palacsinta	Majorannás csirkesült Sárgarépa főzelék Kenyér	Töltött paprika Főtt burgonya
Uzsonna		Forralt tej, joghurtos margarin kenyér, reszelt sárgarépa	Zöldtea, csirkemell sonka, margarinos kenyér, uborka	Gyümölcstea, vitaminos margarin, kenyér, tv paprika	Csipketea, Zala felvágott, vajkrém, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2023. október 30 - november 3.

44. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Csipketea, bundás kenyér teljes kiőrlésű kenyér (tepsiben sült)	Tejeskávé, joghurtos margarin kukoricapelyhes kenyér, paradicsom		Csipketea, sült pulykahús krémmel töltött zsemle, reszelt sajt	Tej, meleg szendvics, paradicsom
Tízórai	Limonádé	Sajtos körtesaláta		Gyümölcssaláta	Gyümölcstea, keksz
Ebéd	Sült harcsafilé Tört burgonya Alma	Húsleves Párolt sertéshús Gyümölcs mártás Burgonyapüré		Bolognai spagetti Narancs	Rakott karfiol Almakompót
Uzsonna	Tej, kuglóf	Csipketea, olíva olajos tonhalkrém, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika		Forralt tej, Zala felvágott, margarinos kifli, uborka	Citromos tea, gyümölcsös túrókrém, teljes kiőrlésű zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató