

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P



2023. december 4 - 8.
49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, baromfi párizsi, kenyér 4 dkg, uborka	Tea, főtt tojás karikák, margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom	Tea, bundás kenyér 4 dkg kenyérből	Tea, vajás-reszelt sajtos kenyér 4 dkg, paradicsom	Csipketea, turista szalámi, kenyér 4 dkg, tv. paprika
Ebéd	Tejfeles karfiollevés Pulykatokány Zöldséges rizs 5 dkg rizsből	Zöldséglevés Sertés pörkölt Sárgaborsófőzelék	Almaleves Húsos tészta 5 dkg tésztából Csemege uborka	Kertészleves Lecsós csirkemáj Tört burgonya 20 dkg	Zöldséglevés Rakott kelkáposzta
Uzsonna	Zöldfűszeres kockasajt, kenyér 4 dkg, paradicsom	Vajkrémes kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Körözött, kenyér 4 dkg, póréhagyma	Tojáskrém kenyér 4 dkg, paradicsom	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2023. december 11 - 15.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Limonádé, csirkemell sonka, margarin, kenyér 4 dkg, paradicsom	Tea, zala felvágott, vajkrémes kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika	Gyümölcstea, melegszendvics 4 dkg kenyérből	Tea, főtt tojás, margarinos kenyér 4 dkg, paradicsom	Tea, marhapárizsi, kenyér 4 dkg, tv. paprika
Ebéd	Tojásleves Párolt sertésragu Zöldbabfőzelék	Zellerkrémleves Debreceni sertésszelet Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Sertésraguleves Párolt szelet Párolt vegyes zöldségköret	Zöldséges gombaleves Szatmári rakott burgonya 20 dkg burgonyából Savanyú káposzta	Zöldborsóleves Harcspaprikás Copfocskás tészta 4 dkg tésztából
Uzsonna	Kenőmájas, kenyér 4 dkg, retek	Puffasztott rizsszelet 2 db, mandarin 10 dkg	Sonka, margarin, kenyér 4 dkg, uborka	Lönckrémes kenyér 4 dkg, paradicsom	Zöldfűszeres túrókrém, kenyér 4 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2023. december 18 - 22.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, hagymás rántotta, kenyér 4 dkg, paradicsom	Tea, sonka, margarin, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, párizsi, margarin, kenyér 4 dkg	TÉLI SZÜNET
Ebéd	Zöldségleves Vadas pulykatokány Szarvacska tészta 5 dkg tésztából	Kertészleves Csemege sertéssült Tejfeles burgonyafőzelék	Szárnyasraguleves Rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Zöldséges burgonyaleves Hajdúkáposzta	
Uzsonna	Kockasajt, kenyér 4 dkg, paradicsom	Zala felvágott, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg	Sonkakrémes kenyér 4 dkg, retek	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!