


É T L A P

2018. január 1 - 5.
1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Tea, szalonnás omlett, kenyér, lilahagyma	Limonádé, zöldfűszeres túrókrém, kenyér, jégcsapretek	Tea, melegszendvics	Kefir, kenyér
Ebéd		Zöldségleves Aprósült Lencsefőzelék	Vegyes gyümölcsleves Milánói makaróni Csemege uborka Alma	Tavaszi-leves Hentes sertéstokány Petrezselymes rizs	Brokkolikrémleves Nagykőrösi egytálétel Narancs
Uzsonna		Túró rúdi, puffasztott rizsszelet	Kenőmájas, kenyér, pritamin paprika	Sajtkrémes kenyér, paradicsom	Májusi felvágott, margarinos kenyér, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2018. január 8 - 12.
2. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csokis tej, kenyér	Joghurt, kenyér	Tej, csirkemell sonka, vajás kenyér, tv.paprika	Kakaó, vajkrémes kenyér, uborka	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér
Ebéd	Nyírségi gombóclevés Káposztás kocka Narancs	Zellerkrémleves Szezámagos hal Vajás burgonya Őszibarackbefőtt	Tojásleves Házi rizses hús Cékla saláta	Zöldségleves Sült csirkecomb Kefires tökfőzelék Banán	Tejfölös gombaleves Pusztapörkölt Vegyes vágott savanyúság
Uzsonna	Csemege szalámi, vajkrém, kenyér, jégcsap retek	Ivólé, puffasztott rizsszelet	Lilahagymás túrókrém, kenyér	Tepertőkrémes kenyér, pritamin paprika	Mini jam, kenyér, alma

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

2018. január 15 - 19.

3. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, sült sajtos kenyér, ketchup	Kakaó, sonka, margarin, kenyér, jégcsapretek	Tea, főtt tojáskarika, margarinos kenyér, pritamin paprika	Tej, lekváros kenyér	Tea, sertés párizsi, margarinos kenyér, paradicsom
Ebéd	Tavaszi-leves Tejszínes csirkemell Zöldséges rizs Alma	Paradicsomleves Brassói aprópecsenye Káposztával töltött paprika	Zöldséges burgonyaleves Sült kolbász Finomfőzelék Narancs	Tejfölös karalábéleves Lecsós csirkemáj Sárgarépás rizs Csemege uborka	Zöldséges karfiolleves Pulykapaprikás Tészta
Uzsonna	Vajkrémes kenyér, uborka	Kockasajt, kenyér	Turista szalámi, vajás kenyér, póréhagyma	Gyümölcsös túrókrém, kenyér	Zala felvágott, margarin, kenyér, mandarin

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

2018. január 22 - 26.

4. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, Olasz felvágott, kenyér, paradicsom	Tea, tojásos-melegszendvics	Karamellás tej, vajás kenyér	Tea, körözöttes kenyér, jégcsapretek	Tej, natúr kukoricapehely
Ebéd	Kukoricadaragaluska- leves Aprósült Kelkáposzta főzelék	Paradicsomleves Serpenyős burgonya kolbásszal Mandarin	Mészáros leves Mákos tészta Alma	Csontleves Húsos rakott zöldség Narancs	Köménymagleves Párolt sertésszelet Petrezselymes rizs Meggybefőtt
Uzsonna	Kefir, kenyér	Sajtkrémes kenyér, lilahagyma	Vajkrémes kenyér	Csirke mell sonka, margarinos kenyér, tv paprika	Párizsi, margarinos kenyér, alma

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

2018. január 29 - február 2.

5. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Zöldtea, Zala felvágott, kenyér, lilahagyma	Tea, bundás kenyér	Tej, mogyorókrémes kenyér	Tea, sült császárszalonna, kenyér, póréhagyma	Joghurt, kenyér
Ebéd	Zöldségleves Rakott karfiol (barna rizses)	Marhaerőleves Rácbabpaprikás Narancs	Zöldséges gombaleves Mustáros sertésszelet Mexikói rizs	Zöldséges burgonyaleves Székelykáposzta	Csirkebecsinált leves Burgonyás tészta Csemege uborka Alma
Uzsonna	Házi húskrémes kenyér, narancs	Zöldfűszeres sajtkrém, kenyér, tv paprika	Szendvics sonka, margarinos kenyér, jégcsap retek	Kakukkfűves májpástétom, kenyér, uborka	Kapros túrókrém, kenyér, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató