

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

## Napsugár Bölcsőde konyhája

Tej, tojás, rozs és  
kukoricamentes

# É T L A P

2018. március 5 – 9.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Reggeli	Gyümölcstea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tej, párizsikrémes zsemle, uborka	Csipketea, Zala felvágott, margarinos burgonyás kenyér, jégcsapretek	Tej, pulykahúsos szendvics	Tea, májusi felvágott, margarinos vágott zsemle	Tej, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika
Tízórai	Gyümölcstea, narancs	Banánturmix	Citromos tea, körte	Zöldtea, alma	Citromos tea, banán	Citromos tea, mandarin
Ebéd	Aprósült Salátafőzelék	Natúr szelet Zöldséges kuskusz (Ø kukorica) Céklasaláta	Párolt szelet Brokkolis rizs Befőtt	Gulyásleves galuska nélkül Káposztás tészta	Sütötökös rizottó sajt nélkül	Rakott zöldbab
Uzsonna	Karamellás tej, margarinos kenyér, paradicsom	Csipketea, sonka, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Kakaó, párizsi, margarinos félbarna kenyér, kalifornia paprika	Gyümölcstea, felvágottkrémes teljes kiőrlésű zsemle, vegyes zöldségek	Tejeskávé, sonka, burgonyás kenyér	Citromos tea, szardíniakrémes teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

**Napsugár Bölcsőde konyhája**

**Tej, tojás, rozs és  
kukoricamentes**

# É T L A P

2018. március 12 – 16.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>	Citromos tea, zala felvágott, margarin, burgonyás kenyér, paradicsom	Tej, margarinos-lekváros zsemle	Csipketea, főtt krinolin, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér	 <p><b>Március 15.</b></p>	<b>MUNKASZÜNETI NAP</b>
<b>Tízórai</b>	Csipketea, banán	Gyümölcstea, alma	Rostoslé		
<b>Ebéd</b>	Főtt pulykamell Zöldborsófőzelék	Zöldfűszeres halfilé Tört burgonya Sárgarépás uborkasaláta	Raguleves Grízes metélt ízzel		
<b>Uzsonna</b>	Karamellás tej, házi húskrémes teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Gyümölcstea, sonkakrémes teljes kiőrlésű zsemle, hónapos retek	Tejeskávé, párizsikrémes kenyér, vegyes zöldség		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**Napsugár Bölcsőde konyhája**

**Tej, tojás, rozs és  
kukoricamentes**

# É T L A P

**2018. március 19 – 23.**

**12. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Reggeli</b>	Tej, zala felvágott, margarin, korpás zsemle, jégcsapretek	Citromos tea, felvágott csíkok, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, pirosarany	Vaníliás tej, sonka, zöldfűszeres margarin, fehér kenyér, reszelt uborka	Csipketea, májusi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, zöldhagyma	Kakaó, margarinos zsemle
<b>Tízórai</b>	Gyümölcsstea, narancs	Reszelt alma	Citromos tea, körte	Gyümölcsstea, mandarin	Csipketea, mandarin
<b>Ebéd</b>	Köményes sertéssült Kelkáposzta főzelék	Húsos tészta Csemege uborka	Aprósült Tört burgonya Befőtt	Házi rizseshús Tavaszi saláta	Vajas pulykamell Sárgarépa főzelék
<b>Uzsonna</b>	Csipketea, pulykahúskrém teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tejeskávé, margarinos félbarna kenyér, lilahagymás savanyúkáposzta	Gyümölcsstea, almapüré banánnal, teljes kiőrlésű kenyér	Párizsi, margarinos zsemle, rettek	Citromos tea, szerdiniakrém magkeverékes kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

**Napsugár Bölcsőde konyhája**

**Tej, tojás, rozs és  
kukoricamentes**

# É T L A P

**2018. március 26 - 30.**

**13. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Reggeli</b>	Citromos tea, mustáros kolbászkrémes, teljes kiőrlésű kenyér, hónapos retek	Karamellás tej, margarinos zsemle	Gyümölcsstea, főtt virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, májusi felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér	<b>NAGYPÉNTEK MUNKASZÜNETI NAP</b>
<b>Tízórai</b>	Gyümölcsle	Banánturmix	Citromos tea	Ivólé	
<b>Ebéd</b>	Főtt hús Paradicsommártás ½ adag sós burgonya	Rácbabpaprikás Narancs	Sertésraguleves Káposztás tészta	Zöldfűszeres pulykamell Petrezselymes rizs Őszibarack befőtt	
<b>Uzsonna</b>	Mézes-vaníliás tej, gabonapehely	Csipketea, zala felvágott, margarin, reszelt sárgarépa, vágott zsemle	Tej, párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Citromos tea, szardíniakrémes korpás zsemle	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa -Tóth Zoltán igazgató

