

# É T L A P

2018. március 5 – 10.  
 10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
<b>Tízórai</b>	Tej, margarinos kifli	Gyümölcstea natúr, krémes melegszendvics	Tej, kifli	Gyümölcstea natúr, főtt virsli, kenyér	Zöldtea natúr, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tej, tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér
<b>Ebéd</b>	Burgonya krémleves levesgyönggyel Tavaszi csirkemellsaláta ½ adag párolt rizs	Árpagyöngyös Babfőzelék Sült kolbász- főtt tojás karikák Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Gombás sertésszelet Tarhonya Bajor saláta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Sajtos rúd	Egri húsleves Főtt hús Főtt burgonya 15 dkg Vegyes főtt zöldség	Tejfölös karalábéleves Zöldfűszeres csirkemáj Sárgarépás rizs
<b>Uzsonna</b>	Olasz felvágott, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kifli, retek	Kapros túrókrém, barna zsemle	Húskenyér, magyaros vajkrém, teljes kiőrlésű, hónapos retek	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Mustáros halkrém, burgonyás kenyér, retek	Vitaminos margarin, reszelt tojás, teljes kiőrlésű kenyér, hónapos retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2018. március 12 - 16.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	Tej, házi sajtkrémes kifli, zöldhagyma	Tej, Turista szalámi, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csipketea, hot-dog	Március 15. <b>MUNKASZÜNETI NAP</b>	
<b>Ebéd</b>	Csurgatott tojásleves Fűszeres halszelet Vajas burgonya Csemege uborka	Csontleves Vadas marhatokány Csótészta	Csemege sertéssült Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér		
<b>Uzsonna</b>	Baromfipárizsi, vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Szárnyasmájkrém, császárszemle, tv.paprika	Joghurt, kifli		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# 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>Tízórai</b>	Zöldtea , húskrém, teljes kiőrlésű kifli, tv. paprika	Tej, bundáskenyér	Tej, sonkakrém, korpás kifli, hónapos retek	Tej, májpástétomos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcsstea , Csemege szalámi, margarinos zabos kenyér, uborka
<b>Ebéd</b>	Májgaluska leves Tejbegríz diab. eritrittel és fahéjjal	Hamis gulyásleves Tepsiben sült fasírtgolyók Tejfölös tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertésraguleves Túrós csusza	Sárgarépa krémleves levesgyönggyel Pulykarizottó Csemege uborka	Rántott leves Párolt csirkemell Burgonyapüré
<b>Uzsonna</b>	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli, paradicsom	Májusi felvágott, margarinos zsemle	Paradicsomos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér	Tejfölös túrókrém, köleses zsemle	Kefir, búzacsirás bagett

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák  
FRUKTÓZMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

# É T L A P

2018. március 26 – 30.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	Tea, főtt virsli, kenyér	Citromos tea, sült császár szalonna, fehér kenyér, lilahagyma	Tej, margarinos köleses zsemle, sárgarépa csíkok	Csipketea, tavaszi sajtos rolád, ízesített vajkrém, korpás kifli	<b>NAGYPÉNTEK MUNKASZÜNETI NAP</b>
<b>Ebéd</b>	Jókai bableves Mákos metélt erittrrel	Lebbencsleves Pulykapörkölt Tejfölös zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldségleves Rántott harcsaszelet Párolt rizs ½ adag párolt s. répa, z. borsó	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér	
<b>Uzsonna</b>	Virslikrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Kefir, graham kifli	Olasz felvágott, natúr vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, főtt tojáskarikák, light margarin, vágott zsemle paradicsom	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!