

# É T L A P

2018. március 5 – 10.

10. hét


	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Kakaó, margarinos-mézes zsemle	Gyümölcstea, felvágottkrém, teljes kiőrlésű kenyér, reték	Tej, kukoricapehely	Karamellás tej, zsemle, gyümölcs	Zöldtea, kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tej, tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Burgonya krémleves levesgyönggyel Zöldséggel párolt csirkemell Párolt rizs	Árpagyöngyös Babfőzelék Sült kolbász- főtt tojás karikák Teljes kiőrlésű kenyér Müzli szelet	Fahéjas szilvaleves Gombás sertésszelet Tarhonya Bajor saláta	Pulyka aprópecsenye Paradicsomos káposzta főzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Egri húsleves Tejberizs	Zöldséges karalábéleves Zöldfűszeres csirkemáj Sárgarépás rizs
Uzsonna	Olasz felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, gyümölcs	Májusi felvágott, margarin, barna zsemle	Húskenyér, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, hónapos retek	Párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Mustáros halkrém, burgonyás kenyér, gyümölcs	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>	Tejeskávé, sonka, margarin, zsemle, zöldhagyma	Tej, Turista szalámi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Csipketea, főtt virsli, ketchup, kenyér	 <p><b>Március 15.</b></p>	<b>MUNKASZÜNETI NAP</b>
<b>Ebéd</b>	Csurgatott tojásleves Fűszeres halszelet Tört burgonya Befőtt	Csontleves Vadas marhatokány Csótészta	Csemege sertéssült Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Müzliszelet		
<b>Uzsonna</b>	Baromfipárizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Szárnyasmájkrém, császárszemle, tv.paprika	Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, retek		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák**  
**TEJMENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

# 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 kenyér, tv. paprika	Tej, bundáskenyér	Csokistej, sonkakrém, korpás zsemle, hónapos retek	Tej, májpástétomos teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Gyümölcsstea, Csemege szalámi, margarinos zabos kenyér, uborka
<b>Ebéd</b>	Májgaluska leves Tejbegríz	Hamis gulyásleves Tepsiben sült fasírtgolyók Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Sertésraguleves Káposztás tészta Gyümölcs	Sárgarépa krémleves levesgyönggyel Pulykarizottó sajt nélkül Csemege uborka	Rántott leves Barackos csirkemell Tört burgonya
<b>Uzsonna</b>	Párizsi, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Májusi felvágott, margarinos zsemle	Paradicsomos halkrém, teljes kiőrlésű kenyér	Sonka, margarin, köleses zsemle gyümölcs	Ivólé, müzliszelet

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G.út 7.

**Óvodai konyhák**  
**TEJMENTES**

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>	Tejeskávé, margarinos zsemle gyümölcs	Citromos tea, sült császár szalonna, fehér kenyér, lilahagyma	Kakaó, margarinos köleses zsemle, sárgarépa csíkok	Csipketea, tavaszi rolád, ízesített margarin, korpás zsemle	<b>NAGYPÉNTEK</b> <b>MUNKASZÜNETI</b> <b>NAP</b>
<b>Ebéd</b>	Jókai bableves Mákos metélt	Lebbencsleves Pulykapörkölt Zöldborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyleves Rántott harcsaszelet Párolt rizs ½ adag párolt s. répa, z. borsó	Rácbabpaprikás Teljes kiőrlésű kenyér Müzliszelet	
<b>Uzsonna</b>	Virslikrém, teljes kiőrlésű kenyér, tv. paprika	Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, gyümölcs	Olasz felvágott, margarin, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Tej, főtt tojáskarikák, light margarin, vágott zsemle paradicsom	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!