

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**

**Cukormentes**

**70g CHO**

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

# É T L A P

**2018. április 2 - 6.**

**14. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>					
<b>Ebéd</b>		Tojásleves Rakott karfiol Narancs 20 dkg	Zöldségleves Bácskai rizses hús 5 dkg rizsből Savanyú káposzta Ivólé 100 %-os 2 dl	Alföldi gulyásleves Káposztás tészta cukor nélkül 6 dkg tésztából	Kertész-leves Pulykavagdalt Burgonya főzelék Narancs 20 dkg
<b>Uzsonna</b>					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**

**Cukormentes**

**70g CHO**

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

# É T L A P

**2018. április 9 - 13.**

**15. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>					
<b>Ebéd</b>	Tejfölös zöldbableves Pulykamell Budapestmódra Petrezselymes kuskusz 5 dkg kuskuszból Céklasaláta	Zöldséges kelbimbóleves Bolognai spagetti 5 dkg tésztából Narancs 20 dkg	Köménymagleves Gyros tál Friss zöldségekkel Forgatott burgonya 20 dkg Ivólé 100 %-os 2 dl	Gombakrémleves Panírozott halrudak Kukoricás rizs 5 dkg rizsből Tartármártás Alma 15 dkg	Húsleves Főtt sertés hús Gyümölcsmártás ½ adag burgonya Ivólé 100 %-os 2 dl
<b>Uzsonna</b>					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**

**Cukormentes**

**70g CHO**

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

# É T L A P

**2018. április 16 - 21.**

**16. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>	<b>Szombat</b>
<b>Tízórai</b>						
<b>Ebéd</b>	Tejfölös karfiolleves Sertés pörkölt Szarvacska tészta 5 dkg tésztából Vegyes vágott savanyúság Ivólé 100 %-os 2	Paradicsomleves Szárnyasrizottó 5 dkg rizsből Céklasaláta Narancs 20 dkg	Tavaszeleves Szerpenyős burgonya kolbásszal 20 dkg Uborkasaláta Ivólé 100 5-os 2 dl	Hamis gulyásleves Lecsós csirkemáj Tarhonya 5 dkg tarhonyából Savanyúkáposzta Alma 15 dkg	Csontleves Töltött paprika Paradicsommártá s ½ adag főtt burgonya Alma 15 dkg	Mészáros-leves Mákos tészta 5 dkg tésztából Alma 15 dkg
<b>Uzsonna</b>						

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**

**Cukormentes**

**70g CHO**

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

# É T L A P

**2018. április 23 - 27.**

**17. hét**

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>					
<b>Ebéd</b>	BrokkolikréMLEves Bükki kaszás pecsenye Párolt rizs 5 dkg rizsből Káposztával töltött paprika Ivólé 100 %-os 2 dl	Daragaluska-leves Rakott kelkáposzta Narancs 20 dkg	Árpagyöngyleves Rántott sertés szelet Petrezselymes burgonya 20 dkg Bolgár saláta	Zöldségleves Stefánia szelet Tejfölös tökfőzelék Kenyér 3 dkg	Bográcsgulyás Káposztás tészta 5 dkg tésztából Alma 15 dkg
<b>Uzsonna</b>					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató