

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2019. november 4 - 8.

45. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, turista felvágott, burgonyás kenyér, uborka	Gyümölcsstea, körözött, teljes kiőrlésű zsemle	Tejeskávé, csirkemellsonka, natúr vajkrém, félbarna kenyér, vajretek	Citromos tea, tükörtojás, fehér kenyér	Tea, húskrém, köleses zsemle, paradicsom
Ebéd	Rebarbara krémleves Húsos tészta Csemege uborka	Galuskaleves Provance-i csirkemellfalatok ½ adag bulgur	Sertéspörkölt Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Zabpelyhes párna	Körteleves Sült csirkemáj Petrezselymes rizs Céklasaláta	Babgulyás Tejbegríz Kukoricapelyhes kenyér
Uzsonna	Vajkrémes teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs	Főtt tojás, margarin, kenyér, póréhagyma	Vajas zsemle, sütőtök	Tej, baromfi párizsi, vajas teljes kiőrlésű kifli, tv.paprika	Kockasajt, kifli, alma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta:Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Óvodai konyhák

**FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES**

Az ételek a diétának megfelelő alapanyagokból készülnek!

É T L A P

2019. november 11 - 15.

46. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Karamellás tej, vajkrém, zabos kenyér	Csipketea, sajtkrémes nagy kifli körte	Csokis tej, tojáskrémmel, zsúrkenyér	Tej, csemege szalámi, light margarin, kukoricapelyhes kenyér paradicsom	Citromos tea, főtt virsli, ketchup, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Zöldségleves Harcsapaprikás Nokedli	Sertés aprópecsenye Kelkáposztafőzelék Szezámós rúd Burgonyás kenyér	Pulykaraguleves Mákos öntött kifli Alma	Lebbencsleves Rakott karfiol (barna rizzsel) Rozsos kenyér Mandarin	Tejfölös tojásleves Pincepörkölt Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Májusi felvágott, teljes kiőrlésű zsemle	Mazsolás krémtúró, teljes kiőrlésű kifli	Tonhalas pástétom, teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Mustáros májaskrém, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsapretek	Kefír, kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2019. november 18 - 22.

47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, sajtos párizsi, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Kakaó, kuglóf kivi	Zöldtea, tojásos melegszendvics, (teljes kiőrlésű kenyérből)	Tej, briós	Gyümölcsstea, sült krinolin, mustár, fehér kenyér
Ebéd	Köménymag leves Rakott burgonya Csemege uborka	Paradicsomos káposzta Sertéspörkölt Burgonyás pogácsa Félbarna kenyér	Bográcsgulyás Túrós batyu	Zellerkrémleves Rántott pulykamell falatok Zöldséges rizs	Húsleves Főtt sertéshús Gyümölcsmártás ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Sajtos pereg, mandarin	Pápai sonka, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Gyümölcs joghurt, korpás kifli	Ízesített vajkrém, teljes kiőrlésű kenyér, pritamin paprika	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2019. november 25 - 29.

48. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, kakaós kalács narancs	Tea, sajtos sült kifli	Tejeskávé, füstölt párizsi, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Tej, tepsis bundás kenyér körte	Csipketea, sárgarépas margarinkrém, zsemle
Ebéd	Daragaluska leves Köményes sertéssült Főtt burgonya Párolt vörös káposzta	Velence szelet Fejtettbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Spenótos-sonkás kifli	Sütőtökrémleves Szárnyas rizottó Céklasaláta	Tarhonyaleves Töltött paprika pulykahússal Rozsos kenyér	Egri húsleves Burgonyás tészta Csemege uborka
Uzsonna	Házi baromfi kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Főtt tojás, margarin, fehér magos kenyér, paradicsom	Sajtos rúd, mandarin	Olasz felvágott, joghurtos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Mazsolás túrókrém, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!