

É T L A P

2019. december 2 - 8.

49. hét



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Kakaó 2 dl, snidlinges csirkemell sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg	Zöldtea, gomolya sajt, fehér kenyér 7dkg, lilahagyma	Tej 2 dl, margarinos zsemle 1 db	Gyümölcs tea, párizsi, margarin, fehér kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, vajás zsemle 1 db	Citromos tea, mini ráma, főtt tojás, vágott zsemle 1 db, paradicsom	Tej 2 dl, májusi csemege felvágott, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg
Tízórai	Ivólé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Alma 20 dkg	Molnárka ½ db	Narancs 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Mandarin 20 dkg
Ebéd	Galuskaleves Sült kolbász Finomfőzelék	Gombakrémleves Szezámós rántott hal Hagymás tört burgonya 20 dkg Csemege uborka	Köménymagos leves Marhapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Almapaprika	Zellerkrémleves Kolbászos rakott burgonya 20 dkg burgonyából Cékla saláta	Reszelttészta leves Spagetti szénégető módra 5 dkg tésztaból	Töltike leves Fokhagymás sertés sült Kelkáposzta főzelék	Hús erőleves Pulykamell párizsian Répás rizs 5 dkg rizsből Diabetikus befőtt
Uzsonna	Sajtos rúd 4 dkg	Búzacsírás bagett 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Mikulás csoki	Kockasajt , kifli 1 db	Nápolyi 4 dkg
Vacsora	Grill csirkecomb burgonyapüré 20 dkg vegyes vágott savanyúság	Tej 2 dl, diák csemege, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, vajretek	Citromos tea, margarinos fehér kenyér 10 dkg, sonka vegyes zöldség	Nudli 10 dkg (diab. lekvárral)	Csipketea, zsíros teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Zöldtea, kefir, teljes kiőrlésű zsemle 1 db	Gyümölcs tea, májkrémes teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, jégcsap retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

2019. december 9 - 15.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tej 2 dl, mini ráma, trappista sajt, teljes kiőrlésű zsemle 1 db	Csipketea, sült császárszalonna, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcstea, főtt krinolin mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó 2 dl, sajtos párizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű, kenyér 5 dkg, uborka	Zöldtea, körözött, félbarna kenyér 7 dkg, póréhagyma	Tejeskávé 2 dl, sajtos sült kifli 1 db uborka
Tízórai	Mandarin 20 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Margarin, kifli 1 db	Kocka sajt, fehér kenyér 4 dkg	Narancs 20 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg
Ebéd	Grízgaluskaleves Sertés pörkölt Orsó tészta 5 dkg tésztábl Vegyes vágott savanyúság	Kertész-leves Székelykáposzta Kenyér 3 dkg	Zöldséges kelbimbóleves Lecsós pulykamáj Sós burgonya 20 dkg Almapaprika	Babgulyás Túrógombóc diab.	Tejfölös karalábéleves Zöldborsós pulykaragu Párolt rizs 5 dkg rizsből	Reszelt leves Sült tarja Tejfölös tökfőzelék	Májgaluskaleves Csirkepaprikás Nokedli ½ adag
Uzsonna	Kenőmájas, zsemle ½ db	Alma 20 dkg	Alma 20 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Kockasajt, kifli 1 db	Nápolyi 4 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl
Vacsora	Rántott sajt, rizi-bizi 4 dkg rizsből	Tej 2 dl, marha párizsi, margarinos mixes zsemle 1 db, téli retek	Tej 2 dl, mini jam, mini ráma, teljes kiőrlésű kifli 1 db	Sült hurka, párolt káposzta, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Csipketea, ház halkrém, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Kakaó 2 dl, mini ráma, búzacsírás bagett 7 dkg	Gyümölcstea, tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2019. december 16 - 22.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tej 2 dl, sertés párizsi, margarinos mixes zsemle 1 db, paradicsom	Gyümölcstea, melegszendvics 7 dkg kenyérből	Tej 2 dl, tükörtojás, burgonyás kenyér 5 dkg, tv. paprika	Csipketea diab., Zala felvágott margarinos teljes kiőrlésű zsemle 1 db, paradicsom	Kakaó 2 dl, vajás zsemle 1 db	Gyümölcstea, bundás kenyér 7 dkg kenyérből	Tejeskávé 2 dl, Olasz felvágott , mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, pfitamin paprika
Tízórai	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Kockasajt, kifli 1db	Narancs 20 dkg	Kockasajt, kifli 1 db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Nápolyi 4 dkg
Ebéd	Karfiolleves Sült csirkecomb Miskolci rakottas	Tojásleves Brassói aprópecsenye Forgatott burgonya 20 dkg Céklasaláta	Suhintott leves Vajon párolt csirkemell Majonézes tésztasaláta 5 dkg tésztából	Csontleves Bácskai rizseshús 5 dkg rizsből Csemege uborka	Meggyleves Zúza pörkölt Törtburgonya 20 dkg Cékla saláta	Tarhonya leves Sült virsli Zöldborsófőzelék	Húsgombóc leves Sült halrudak Sárgarépás rizs 5 dkg rizsből Diabetikus befőtt
Uzsonna	Vajás kifli 1 db	Molnárka ½ db	Alma 20 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Sajtos rúd 4 dkg	Mandarin 20 dkg
Vacsora	Tejberizs 4 dkg rizsből fahéjas eritrittel	Gyümölcstea , tepertőkrémes teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, lilahagyma	Tejeskávé 2 dl, sajtkrémes teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, jégcsap retek	Sajtos – tejfölös virsli, fehér kenyér 10dkg	Joghurt, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db	Tej 2 dl, csemege szalámi, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Csipketea, szárnyas pástétom, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Gondozóház
Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2019. december 23 - 29.

52. hét



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Gyümölcsstea, hamburger hús , vágott zsemle 1 db, vegyes zöldség	Tejeskávé 2 dl, ízesített vajkrém, teljes kiőrlésű kifli 1 db, paradicsom	Citromos tea diab., tejfölös túrókrém, fehér kenyér 7dkg, lilahagyma	Tejeskávé 2 dl, zsemle 1 db, mini ráma	Csipketea, főtt tojás, mini ráma, fehér kenyér 7 dkg, tv. paprika	Gyümölcsstea, sült szalonna teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini jam, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg
Tízórai	Gyümölcslé 100%-os 2 dl	Mandarin 20 dkg	Szaloncukor	Narancs 20 dkg	Vajas kifli 1 db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg
Ebéd	Tarhonyaleves Pulykapecsenye Zöldbabfőzelék	Újházi csirkeleves Diós tészta 5 dkg tésztaból eritrttel	Daragaluska leves Búbos hús Burgonyapüré 20 dkg Csemege uborka	Marhaerőleves Töltött káposzta	Paradicsomleves Hentes tokány Copfocska tészta 5 dkg tésztaból Vegyes vágott savanyúság	Szárnyas raguleves Nudli 10 dkg eritrttel	Zöldségleves Göngyölt csirkemell Vegyes köret Csemege uborka
Uzsonna	Alma 20 dkg	Kefir, kifli ½ db	Narancs 20 dkg	Nápolyi 4 dkg	Narancs 20 dkg	Nápolyi 4 dkg	Vajkrémes kenyér 4 dkg
Vacsora	Rakott burgonya 20 dkg burgonyából Csemege uborka	Csipketea, csemege szalámi, mini ráma, vágott zsemle 1 ½ db, uborka	Citromos tea, kenőmájas teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, vajretek	Gyümölcsstea, marha párizsi, margarinos fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Citromos tea, kockasajt, vágott zsemle 1 ½ db, uborka	Zöldtea, csirkemell sonka, mini ráma, fehér kenyér 10 dkg, jégcsap retek	Joghurt, kifli 1 ½ db

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2019. december 30. - 2019. január 5.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli	Tejeskávé 2 dl, trapista sajt, mini ráma, félbarna kenyér 5 dkg, uborka	Gyümölcsstea , tavaszi sajtos rolád, mini ráma, burgonyás kenyér 7 dkg	Zöldtea, hamburger hús, zseme 1 db vegyes zöldség	Kakaó 2 dl, mini vaj, zsemle 1 db	Citromos tea, kocsonya, fehér kenyér 7 dkg	Tej 2 dl, margarinos teljes kiörlésű bagett 5 dkg	Gyümölcsstea, főtt virsli, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg
Tízórai	Alma 20 dkg	Narancs 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Mandarin 20 dkg	Kockasajt, kifli 1 db	Alma 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl
Ebéd	Kassai burgonya leves Sajtos tészta 5 dkg tésztából	Orjaleves Disznótoros Párolt káposzta ½ adag sós burgonya	Húserőleves Sertés karaj párizsian Pertezselymes rizs 5 dkg rizsből Céklasaláta	Grízgaluskaleves Sertéspörkölt Lencsefőzelék	Gombakrémleves Sült csirkecomb Rizi-bizi 5 dkg rizsből Céklasaáta	Tárkonyos pulykaleves Túrógombóc eritrittel	Csontleves Cigánypecsenye Tört burgonya 20 dkg Befőtt
Uzsonna	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Sajtos pogácsa 4 dkg	Nápolyi 4 dkg	Vajas zsemle ½ db	Alma 20 dkg	Sós pereg 4 dkg	Narancs 20 dkg
Vacsora	Zöldtea diab., mini ráma, csirkemell sonka, vágott zsemle 1 1/2 db, tv paprika	Francia saláta, sertésvagdalt	Gyümölcsstea, Csemege szalámi, mini ráma, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Csipketea diab., körözött , fehér kenyér 10 dkg	Joghurt kifli 1 ½ db	Citromos tea, májusi felvágott, mini ráma, teljes kiörlésű kenyér 10 dkg	Tejeskávé 2 dl, baromfi párizsi, mini ráma, teljes kiörlésű kenyér 7 dkg, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!