

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P



2019. december 2-7.

49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tejeskávé, vajás kuglóf	Gabonás joghurt, Teljes kiőrlésű kifli	Tea, pizza	Tea, sült császárszalonna, teljes kiőrlésű kenyér, póréhagyma	Kakaó, májusi csemege felvágott, szezámmagos zsemle,	Kefir, teljes kiőrlésű bagette
Ebéd	Daragaluska-leves Sertés vagdalt Finomfőzelék	Tejfölös zöldbableves Pásztortarhonya Cékla saláta	Húsleves Főtt marhahús Gyümölcsmártás ½ adag főtt burgonya	Zellerkrémleves Bácskai rizseshús Vegyes vágott savanyúság	Legényfogóleves Nudli Gyümölcs	Zöldségleves Sült kolbász Párolt káposzta ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Sonkakrémes teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Olasz felvágott, zsemle, tv. paprika	Házi májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Sajtkrémes magvas zsemle, uborka	Zöldfűszeres kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Körözöttes vágott zsemle, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

É T L A P**2019. december 9-14.****50. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Kakaó, gyümölcsös túrókrém, zsemle	Joghurt, kifli	Tea, turista felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Tej, vajás kalács	Tejeskávé, vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Tea, sonkás omlett, teljes kiőrlésű kenyér, olívás zöldség
Ebéd	Magyaros karfiolleves Velencei hústekercs Tejfölös burgonyafőzelék	Paradicsomleves Panírozott halrudak Párolt rizs Vegyes vágott savanyúság	Tojásleves Húsos tészta Csemege uborka	Csontleves Csemege sertéssült Kelkáposzta főzelék	BrokkolikréMLEVES Pirított máj Főtt burgonya Savanyú káposzta	Sertés raguleves Tejbegríz Gyümölcs
Uzsonna	Sonkakrémes teljes kiőrlésű kenyér, jégcsapretek	Vitaminos margarinos teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Sajtos rúd, gyümölcs	Túrókrémes teljes kiőrlésű zsemle, lilahagyma	Sonka, szezámagos zsemle, paradicsom	Gomolya, zsemle, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2019. december 16-20.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, főtt virsli, mustár, burgonyás kenyér	Gyümölcsös joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Kakaó, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű kenyér, kaliforniai paprika	Tea, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)
Ebéd	Marhaerőleves Rakott karfiol Gyümölcs	Erdei gyümölcsleves Pusztapörkölt Káposztasaláta	Köménymagleves Lasagne	Hamis gulyásleves Majorannás pulykasült Kefires tökfőzelék	Gulyásleves Mákos öntött kifli Gyümölcs
Uzsonna	Tojáskrémes teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Túró rudi, teljes kiőrlésű kifli	Zala felvágott, magvas zsemle, uborka	Fűszeres pulykamájjas, szezámagos zsemle, tv. paprika	Zöldfűszeres túrókrém, vágott zsemle, póréhagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Földimogyoró

(szója, csirkehús mentes)

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2019. december 23-27.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Natúr joghurt, teljes kiőrlésű kifli				
Ebéd	Lebbencsleves Toroskáposzta Gyümölcs				
Uzsonna	Párizsi, szezámmagos zsemle, uborka				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2019. december 30- 2020. január 3.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Ivólé, melegszendvics	Kefir, teljes kiőrlésű kifli		Limonádé, hagymás omlett, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tea, bundás kenyér
Ebéd	Tejfölös karfiolleves Hortobágyi aprópecsenye Orsó tészta Gyümölcs	Gyümölcsleves Rántott sertés szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka		Tarhonyaleves Sült virsli Lencsefőzelék	Gombakrémleves Borsos pulykatokány Párolt rizs Trópusi befőtt
Uzsonna	Tojáskrémes teljes kiőrlésű kenyér, uborka	Olasz felvágott, szezámagos zsemle, jégcsapretek		Vajas kifli, mini méz, gyümölcs	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk