

É T L A P



2019. december 2-7.
49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tejeskávé, vajás kenyér	Joghurt, kenyér	Tea, főtt virsli mustár, kenyér	Tea, sült császárszalonna, kenyér póréhagyma	Kakaó, májusi csemege felvágott kenyér jégcsapretek	Kefir, kenyér
Ebéd	Kukoricadaragaluska -leves Aprósült Finomfőzelék	Tejfölös zöldbableves Sült csirkecomb Sárgarépás rizs Cékla saláta	Húsleves Főtt marhahús Gyümölcsmártás ½ adag főtt burgonya	Tavaszi leves Bácskai rizseshús Vegyes vágott savanyúság	Sertés raguleves Húsos tészta Csemege uborka Gyümölcs	Zöldségleves Sült kolbász Párolt káposzta ½ adag főtt burgonya
Uzsonna	Sonkakrémes kenyér pritamin paprika	Olasz felvágott kenyér tv. paprika	Házi májpástétom, kenyér kaliforniai paprika	Sajtkrémes kenyér uborka	Zöldfűszeres kockasajt, kenyér	Körözöttes kenyér 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, kenyér	Joghurt, kenyér	Tea, turista felvágott kenyér kaliforniai paprika	Tej, vajás kenyér	Tejeskávé, vajkrémes kenyér tv. paprika	Tea, sonkás omlett, kenyér olívás zöldség
Ebéd	Magyaros karfiolleves Párolt szelet Tejfölös burgonyafőzelék	Paradicsomleves Aprósült Párolt rizs Vegyes vágott savanyúság	Tojásleves Húsos tészta Csemege uborka	Csontleves Csemege sertéssült Kelkáposzta főzelék	Zöldségleves Pirított máj Főtt burgonya Savanyú káposzta	Szárnyas raguleves Tejbegríz kukoricadarával Gyümölcs
Uzsonna	Sonkakrémes kenyér jégcsapretek	Vitaminos margarinos kenyér uborka	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Túrókrémes kenyér lilahagyma	Csirkemell sonka, kenyér paradicsom	Gomolya, kenyér kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2019. december 16-20.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Gyümölcsös joghurt kenyér	Kakaó, vitaminos margarin, kenyér kaliforniai paprika	Tea, bundás kenyér
Ebéd	Marha erőleves Rakott karfiol Gyümölcs	Erdei gyümölcsleves Pusztapörkölt Káposztasaláta	Köménymagleves pirított kenyérkocka Húsos tészta Csemege uborka	Hamis gulyásleves Majorannás pulykasült Kefires tökfőzelék	Gulyásleves Mákos tészta Gyümölcs
Uzsonna	Tojáskrémes kenyér paradicsom	Túró rudi, alma	Zala felvágott kenyér uborka	Fűszeres pulykamájás kenyér tv. paprika	Zöldfűszeres túrókrém, kenyér póréhagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái

Gluténmentes

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, kenyér				
Ebéd	Zöldséges burgonyaleves Toroskáposzta Gyümölcs				
Uzsonna	Baromfi párizsi kenyér 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, kenyér		Limonádé, hagymás omlett, kenyér, paradicsom	Tea, bundás kenyér
Ebéd	Tejfölös karfiollevés Hortobágyi aprópecsenye Orsó tészta Gyümölcs	Gyümölcsleves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka		Zöldségleves Sült virsli Lencsefőzelék	Tavaszi leves Borsos pulykatokány Párolt rizs Trópusi befőtt
Uzsonna	Tojáskrémes kenyér uborka	Olasz felvágott kenyér jégcsapretek		Vajas kenyér, mini méz, gyümölcs	Kockasajt, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!