

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**  
**Glutén és tejmentes**

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, margarinos kenyér	Tea, tojáskrémes kenyér uborka	Tea, főtt virsli mustár, kenyér	Tea, sült császárszalonna, kenyér póréhagyma	Kakaó, májusi csemege felvágott kenyér jégcsapretek	Tea, sonka, margarin, kenyér
Ebéd	Kukoricadaragaluska -leves Aprósült Finomfőzelék	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	Sonkakerémes kenyér pritamin paprika	Olasz felvágott kenyér tv. paprika	Házi májpástétom, kenyér kaliforniai paprika	Párizsikrémes kenyér uborka	Zala felvágott, margarin, kenyér uborka	Szardíniakerémes kenyér paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

# É T L A P

2019. december 9-14.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Kakaó, párizsi, kenyér, uborka	Tea, Zala felvágott, margarin, kenyér, reték	Tea, turista felvágott kenyér, kaliforniai paprika	Tej, margarinos kenyér	Tejeskávé, margarinos kenyér, tv. paprika	Tea, sonkás omlett, kenyér, olívás zöldség
Ebéd	Magyaros karfiollevés Párolt szelet Burgonyafőzelék	Paradicsomlevés Aprósült Párolt rizs Vegyes vágott savanyúság	Tojásleves Húsos tészta Csemege uborka	Csontleves Csemege sertéssült Kelkáposzta főzelék	Zöldséglevés Pirított máj Főtt burgonya Savanyú káposzta	Szárnyas raguleves Tejbegríz kukoricadarával Gyümölcs
Uzsonna	Sonkakrémes kenyér, jégcsapretek	Vitaminos margarinos kenyér, uborka	Puffasztott rizsszelet, gyümölcs	Tojáskrémes kenyér, lilahagyma	Csirkemell sonka, kenyér, paradicsom	Szardíniakrémes kenyér, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

**É T L A P**

2019. december 16-20.

51. hét

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	Tej, natúr kukoricapehely	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Tea, sonka, margarin, kenyér, paradicsom	Kakaó, vitaminos margarin, kenyér, kaliforniai paprika	Tea, bundás kenyér
<b>Ebéd</b>	Marha erőleves Rakott karfiol Gyümölcs	Erdei gyümölcsleves Pusztapörkölt Káposztasaláta	Köménymagleves pirított gm. kenyérkocka Húsos tészta Csemege uborka	Hamis gulyásleves Majorannás pulykasült Tökfőzelék	Gulyásleves Mákos tészta Gyümölcs
<b>Uzsonna</b>	Tojáskrémes kenyér, paradicsom	Puffasztott rizsszelet, alma	Zala felvágott, kenyér, uborka	Fűszeres pulykamájás, kenyér, tv. paprika	Párizsikrémes kenyér, póréhagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ

Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

**Általános Iskolák konyhái**

**Glutén és Tejmentes**

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

# É T L A P

2019. december 23-27.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, tojáskrém, kenyér, uborka				
Ebéd	Zöldséges burgonyaleves Toroskáposzta Gyümölcs				
Uzsonna	Baromfi párizsi, kenyér, uborka				

Az étlapváltoztatás jogát fenntart

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
<b>Tízórai</b>	Ivólé, sonka, margarin, kenyér, uborka	Tea, baromfi párizsi, margarin, kenyér, paradicsom		Limonádé, hagymás omlett, kenyér, paradicsom	Tea, bundás kenyér
<b>Ebéd</b>	Zöldséges karfiolleves Hortobágyi aprópecsenye Orsó tészta Gyümölcs	Gyümölcsleves Párolt szelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka		Zöldségleves Sült virsli Lencsefőzelék	Tavaszi leves Borsos pulykatokány Párolt rizs Trópusi befőtt
<b>Uzsonna</b>	Tojáskrémes kenyér, uborka	Olasz felvágott, kenyér, jégcsapretek		Margarinos kenyér, mini méz, gyümölcs	Szardíniakrémes kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!