

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. december 2 - 7.
49. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tej, házi párizsikrém, teljes kiőrlésű zsemle, zöldhagyma	Karamellás tej, briós banán	Citromos tea, hot-dog, ketchup	Tej, szendvics sonka, vajás császár zsemle, kaliforniai paprika	Tejeskávé, sajtkrém teljes kiőrlésű kifli, jégcsapretek	Zöldtea, tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér
Ebéd	Tejfölös karfiolleves Pirított csirkemáj Tört burgonya Bolgár saláta	Pulykavagdalt Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Szezámós rúd	Meggyleves Bazsalikomos tepsis halszeletek Párolt rizs Párolt zöldségek	Sertés pörkölt Tejfölös burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Kakaós tekercs	Rántott leves Vadas marhatokány Csötészta	Zöldségleves Házi rizseshús Befőtt
Uzsonna	Sütötök, vajás nagy kifli	Csemegeszalámi, margarinos korpás kifli, paradicsom	Tejfölös túró, teljes kiőrlésű zsemle, zöldhagyma	Ízesített vajkrém, kifli, alma	Perec, mandarin	Mézes zsúrkenyér, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES

É T L A P

2019. december 9- 14.

50. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
Tízórai	Tej, fonott kalács kivi	Gyümölcs tea, kockasajt, korpás kifli, uborka	Csokis tej, Olasz felvágott, vajkrémes szezámmagos kenyér, tv. paprika	Zöldtea, húskrém, burgonyás kenyér	Kakaó, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Tej, bundás kenyér
Ebéd	Zellerkrémleves Brassói aprópecsenye Csemegeuborka	Lebbencsleves Sült kolbász karikák Sárgborsófőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Savanyú tojásleves Barackos csirkemell Párolt rizs	Reform töltött káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Sajtos pogácsa	Alföldi gulyásleves Darás metélt Alma	Pincepörkölt Csemege uborka Gyümölcs
Uzsonna	Májpástétom, teljes kiőrlésű zsemle, pritamin paprika	Szendvics sonka, margarinos barna zsemle, reszelt tojás	Körözött, teljes kiőrlésű kifli, lilahagyma	Gyümölcs joghurt, molnárika	Főtt tojás, vajkrém, kifli	Margarinos-mézes zsemle

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Óvodai konyhák
FÖLDIMOGYORÓ ÉS
SZÓJABAB MENTES

É T L A P

2019. december 16 - 20.

51. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, Zala felvágott, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, tv. paprika	Csipketea, sajtkrém, teljes kiőrlésű kenyér, vajretek	Kakaó, briós	Tej, Ausztria szalámi, joghurtos margarin, graham kifli, paradicsom	Gyümölcsstea, virslis, teljes kiőrlésű kenyér, mustár
Ebéd	Csontleves Rántott sertésszelet Francia saláta 1/2adag rizs	Paradicsomleves Gyrosos csirkemellcsíkok ½ adag rizs Joghurtos tzatzikisaláta	Zöldborsóleves Marhapörkölt Tarhonya Céklasaláta	Magyaros burgonyaleves Húsgombóc (pulykahúsból) Kefíres tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Májgaluska leves Szatmári rakott burgonya Káposztával töltött paprika
Uzsonna	Mákos-diós beigli	Puding, keksz	Szárnyasmájkrém, teljes kiőrlésű kifli, uborka	Light margarin, mixes zsemle, narancs	Párizsi, margarin, zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

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. december 23 - 27.

52. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, sárgarépas sajtkrém, teljes kiőrlésű kifli				
Ebéd	Köménymagos leves Sertéspaprikás Galuska				
Uzsonna	Szilvalekvár, kenyér				

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. december 30 -2020.január 03.

1. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea, tülörtojás, teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, kuglóf alma		Tej, húskrém, burgonyás kenyér, lilahagyma	Zöldtea, szárnyas májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika
Ebéd	Zöldségleves Gombás csirketokány Párolt rizs Befőtt	Lebbencsleves Sertéspörkölt Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér		Pulykapecsenye Kelkáposzta főzelék Kukoricapelyhes kenyér Ivólé	Tárkonyos raguleves Mákos metélt
Uzsonna	Vajas-mézes zsúrkenyér	Zala felvágott, korpás kenyér, paradicsom		Olajos hal, vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle	Krémsajtos graham kifli, körte

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese , dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató