

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

2020. február 3-7.

6. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, olasz felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, rettek	Tea, margarinos félbarna kenyér, uborka	Tej, vajás kuglóf	Csipketea, bundás kenyér (teljes kiőrlésű kenyérből)	Gyümölcsös joghurt, hami rúd
Ebéd	Tejfölös karfiolleves Pulykatokány Mexikói bulgur	Zöldségleves Ráchal Gyümölcs	Tojásleves Bolognai spagetti Csemege uborka	Erőleves Sertéspörkölt Szemesbabfőzelék	Brokkolikrémleves Szezámagos csirkemáj Főtt burgonya Vegyes vágott savanyúság
Uzsonna	Vajkrémes molnárka	Reszelt sajt, margarinos teljes kiőrlésű kifli, pritamin paprika	Túrókrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Zöldfűszeres kockasajt, búzacsírás bagette	Füstölt párizsi, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika

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

2020. február 10-14.

7. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, turista szalámi, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Zöldtea, főtt tojáskarika, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, lilahagyma	Tej, vajás kalács	Gyümölcstea, Zala felvágott, szezámagos zsemle, tv.paprika	Kefir, teljes kiőrlésű bagette
Ebéd	Zöldséges kelbimbóleves Pulykapaprikás Orsó tészta	Vegyes gyümölcsleves Házi rizseshús Uborkasaláta	Gombakrémleves Natúr sertésszelet Hagymás tört burgonya Káposztával töltött paprika	Tarhonyaleves Csemege pulykasült Finomfőzelék Müzli szelet	Tejfölös kelkáposztaleves virslislikarikkal Ízes fánk Gyümölcs
Uzsonna	Vitaminos margarin, teljes kiőrlésű zsemle, kaliforniai paprika	Zöldfűszeres túrókrém, vágott zsemle, rettek	Kenőmájas, teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Sajtkrém teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Vajkrém vágott zsemle, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2020. február 17-21.

8. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Csokis tej, vajás briós	Tea, sonkás omlett, teljes kiőrlésű kenyér, olívás zöldségek	Kakaó, párizsi, teljes kiőrlésű zsemle, tv.paprika	Gabonás joghurt, teljes kiőrlésű kifli	Tea, főtt krinolin, teljes kiőrlésű kenyér, mustár
Ebéd	Lebbensleves Sült kolbász Lencsefőzelék Gyümölcs	Zellerkrémleves Marhapörkölt Tarhonya Csemege uborka	Csontleves Rakott kelkáposzta Gyümölcs	Paradicsomleves Szezámagos rántott hal Párolt rizs Tartármártás	Zöldséges gombaleves Vagdalt szelet Tefjölös burgonyafőzelék
Uzsonna	Vajkrémes teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom	Vitaminos margarin, zsemle, kaliforniai paprika	Sajtos pereg	Ivólé, gyümölcs	Mimi jam, hami rúd

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

2020. február 24-28.

9. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, natúr kukoricapehely	Limonádé, csemege szalámi, margarinos vágott zsemle, uborka	Tea, felvágottkrém, kenyér, uborka	Natúr joghurt, teljes kiőrlésű bagette	Kakaó, csirkemell sonka, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, paradicsom
Ebéd	Daragaluska-leves Rakott karfiol Gyümölcs	Köménymaglevés Zöldborsós sertésszelet Párolt rizs Őszibarack befőtt	Árpagyöngyleves Pulykapörkölt Tefjölös zöldbabfőzelék	Meggyleves Brassói aprópecsenye Kovászos uborka	Nyírségi gombócleves Káposztás kocka
Uzsonna	Tojáskrémes teljes kiőrlésű kenyér, tv.paprika	Kockasajt, teljes kiőrlésű kifli	Túró rudi, teljes kiőrlésű kifli, gyümölcs	Vajkrémes magvas zsemle, přitamin paprika	Szezámagos rúd, gyümölcs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató