

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

2020. február 3-7.

6. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó, olasz felvágott, kenyér, retek	Tea, főtt tojás karikák, margarinos kenyér, uborka	Tej, margarinos kenyér	Csipketea, bundás kenyér	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér
Ebéd	Zöldséges karfiolleves Pulykatokány Mexikói rizs	Zöldségleves Ráchal Gyümölcs	Tojásleves Húsos tészta Csemege uborka	Erőleves Sertéspörkölt Szemesbabfőzelék	Tavaszeves Pirított csirkemáj Főtt burgonya Vegyes vágott savanyúság
Uzsonna	Margarinos kenyér, sonka, uborka	Kenőmájas, kenyér, pritamin paprika	Szardíniakrém, kenyér, paradicsom	Zala felvágott, margarin, kenyér, uborka	Füstölt párizsi, kenyér, tv.paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P**2020. február 10-14.****7. hét**

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tejeskávé, turista szalámi, kenyér, uborka	Zöldtea, főtt tojáskarika, margarinos kenyér, lilahagyma	Tej, margarinos kenyér	Gyümölcsstea, Zala felvágott, kenyér, tv.paprika	Mézes-margarinos kenyér
Ebéd	Zöldséges kelbimbóleves Pulykapörkölt Orsó tészta Csemege uborka	Vegyes gyümölcsleves Házi rizseshús Uborkasaláta	Magyaros gombaleves Natúr sertésszelet Hagymás tört burgonya Káposztával töltött paprika	Zöldségleves Csemege pulykasült Finomfőzelék Ivólé	Kelkáposztaleves virslislikákkal Húsos tészta Csemege uborka Gyümölcs
Uzsonna	Szardíniakrém, kenyér, kaliforniai paprika	Párizsi, margarin, kenyér, reték	Kenőmájás, kenyér, paradicsom	Felvágottkrémes kenyér, uborka	Margarinos kenyér, sonka, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. február 17-21.

8. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, margarinos kenyér	Tea, sonkás rántotta, kenyér, olívás zöldségek	Kakaó, baromfi párizsi, kenyér, tv.paprika	Tea, felvágottkrémes kenyér, uborka	Tea, főtt krinolin, kenyér, mustár
Ebéd	Zöldségleves Sült kolbász Lencsefőzelék Gyümölcs	Tavaszeleves Marhapörkölt Főtt burgonya Csemege uborka	Csontleves Rakott kelkáposzta Gyümölcs	Paradicsomleves Paprikás sült hal Párolt rizs Csemege uborka	Zöldséges gombaleves Apróült Burgonyafőzelék
Uzsonna	Szardíniakrém, kenyér, paradicsom	Vitaminos margarin, kenyér, zala felvágott, kaliforniai paprika	Sonka, margarin, kenyér, uborka	Ivólé, gyümölcs	Mimi jam, margarin, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. február 24-28.

9. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej, natúr kukoricapehely	Limonádé, csemege szalámi, margarinos kenyér, uborka	Tea, rántotta, kenyér, uborka	Tea, margarin, jam, kenyér	Kakaó, csirkemell sonka, margarinos kenyér, paradicsom
Ebéd	Kukoricadaragaluska- leves Rakott karfiol Gyümölcs	Köménymagleves Zöldborsós csirkemell Párolt rizs Őszibarackbefőtt	Zöldségleves Pulykapörkölt Zöldbabfőzelék	Meggyleves Brassói aprópecsenye Kovászos uborka	Sertésraguleves Káposztás kocka
Uzsonna	Tojáskrém kenyér, tv.paprika	Zala felvágott, margarin, kenyér, paprika	Sonka, margarin, kenyér, gyümölcs	Margarinos kenyér, párizsi, pritamin paprika	Ivólé, gyümölcs

Az ételváltoztatás jogát fenntartjuk!