

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Eötvös József Gimnázium

Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. március 2 - 6.

10. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd „A”	Galuskaleves Házi rizsescsirke Vegyesvágott	Jókai bableves Darás metélt Mandarin	Zöldséges karfiolleves Csemege sertéssült Vajas burgonya Párolt káposzta	Magyaros burgonya- leves Provanszi csirkemáj Almás rizs	Reszelt leves Zöldséges pulykaragu Bulgur Fejes saláta
Ebéd „B”	Galuska leves Kolbászos rakott burgonya Vegyesvágott Teljes kiőrlésű kenyér	Jókai bableves Gránátos kocka Uborkasaláta Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldséges karfiolleves Sertéspörkölt Tökfőzelék Müzli szelet Teljes kiőrlésű kenyér	Magyaros burgonya- leves Lecsós sertésszelet Tarhonya Cékla saláta	Reszelt leves Toroskáposzta Alma Teljes kiőrlésű kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese dietetikus

Jóváhagyta: Kósa-Tóth Zoltán igazgató

É T L A P

2020. március 9 - 13.

11. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd „A”	Zellerkrémleves Bolognai spagetti Banán	Zöldségleves Kukoricás-tejszínes csirkemell Párolt rizs Trópusi befőtt	Lebbencsleves Erdélyi rakott káposzta Narancs Teljes kiörlésű kenyér	Bográcsgulyás Almás lepény	Rebarbara leves Zúzapörkölt Tarhonya Cékla saláta
Ebéd „B”	Tavaszi leves Szerpenyős burgonya virslivel Vitamin saláta Teljes kiörlésű kenyér	Zöldségleves Húsgombóc Paradicsommártás ½ adag főtt burgonya Teljes kiörlésű kenyér	Lebbencsleves Debreceni sertéstokány Orsótészta Csemegeuborka	Bográcsgulyás Sajtos makaróni Alma	Rebarbara leves Szezamagos hal Párolt rizs ½ adag Párolt zöldség ½ adag

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. március 16 - 20.
12. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd „A”	Tejfölös karalábéleves Frankfurti sertésszelet Szarvaeska tészta Fejes saláta	Szárnyas raguleves Szilvás gombóc	Kertész-leves Póréhagymás csirkecomb Burgonyapüré	Tojásleves Mustáros szelet Kukoricás rizs Vitamin saláta	Velencei kalmárleves Borsos sertéstokány Copfocska tészta Bajor saláta
Ebéd „B”	Zöldséges karalábéleves Szerb rizseshús Fejes saláta Teljes kiőrlésű kenyér	Szárnyas raguleves Túrós metélt	Kertész-leves Pulykapörkölt Paradicsomos káposzta- főzelék Teljeskiőrlésű kenyér	Tojásleves Brassói aprópecsenye Vitamin saláta	Velencei kalmárleves Brokkolis sertésrolád Tejszínes zöldborsó- főzelék

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. március 23 - 27.

13. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd „A”	Daragaluska leves Csáki töltött szelet Galuska Banán	Mészáros-leves Máglyarakás Vanília öntet	Csontleves Vadász sertésragu Petrezselymes rizs Uborka saláta	Árpagyönyleves Sertéspaprikás Kagyló tészta Narancs	Paradicsomleves Tepsis csirkecomb Bajor saláta
Ebéd „B”	Daragaluska leves Töltött káposzta tejfel nélkül Teljeskiörlésű kenyér Banán	Mészáros-leves Húsos tészta Csemege uborka Alma	Csontleves Sertésspeccsenye Szemesbab főzelék Teljes kiörlésű kenyér	Árpagyönyleves Pusztapörkölt Uborka saláta Teljes kiörlésű kenyér	Paradicsomleves Rántott halfilé Párolt rizs Bajor saláta

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. március 30 – április 3.
14. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd „A”	Palócleves Nudli Banán	Zöldséges gombaleves Ketchupos csirkecomb Forgatott burgonya Csemege uborka	Tavaszi leves Borsos tokány Tarhonya Káposzta saláta	Zöldségleves Serpenyős kolbász Uborka saláta	Marhaerőleves Rántott sertésszelet Zöldséges bulgur Csemege uborka
Ebéd „B”	Palócleves Káposztás kocka Banán	Zöldséges gombaleves Hentes sertésszelet Párolt rizs Csemege uborka	Tavaszi leves Főtt sertéscomb Sóskamártás ½ adag sós burgonya	Zellerkrémleves Lasagne Alma	Marhaerőleves Rakott brokkolis csirkemell Narancs

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!