

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. november 2-6.

45. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Joghurt, puffasztott rizsszelet 2 db	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, sajtos sült kenyér 4 dkg	Tea, májusi felvágott, kenyér 4 dkg, tv. paprika	Tea, szalonnás rántotta, kenyér 4 dk, paradicsom
Ebéd	Magyaros karfiollevés Gombás sertéstokány Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből	Tárkonyos csirkeraguleves Káposztás kocka 5 dkg tésztából	Zöldséglevés Aprósült Tejfeles burgonyafőzelék	Csontleves Nagykőrösi egytálétel	Tavaszelevés Pulykatokány Zöldséges rizs 5 dkg rizsből
Uzsonna	Veronai felvágott, kenyér 4 dkg, paradicsom	Halkrémes kenyér 4 dkg, lilahagyma	Margarinos kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Vajkrémes kenyér 4 dkg, uborka	Felvágottkrémes kenyér 4 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

É T L A P

2020. november 9-13.

46. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, zöldfűszeres túrókrém, kenyér 4 dkg, uborka	Tej 2 db, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, vajkrém kenyér 4 dkg, paradicsom
Ebéd	Zöldséges karfiollevés Pulykapörkölt Paradicsomos káposztafőzelék	Gombakrémleves pirított kenyérkocka Csemege sertéssült Tört burgonya 20 dk	Gulyásleves (ritkás) Párolt szelet Párolt zöldség köret	Kukorica daragaluska leves Székelykáposzta	Tojásleves Húsos tészta 5 dkg tésztából Csemege uborka
Uzsonna	Zala felvágott, kenyér 4 dkg, jégcsapretek	Kenőmájas, kenyér 4 dkg, paradicsom	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Turista felvágott, kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Puffasztott rizsszelet 2 db, mandarin 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Általános Iskolák konyhái
Gluténmentes és cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

É T L A P

2020. november 16-20.

47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, hagymás rántotta, kenyér 4 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, csemege szalámi, kenyér 4 dkg, tv.paprika	Tea, fűszeres pulykamájás, kenyér 4 dkg, paradicsom	Natúr joghurt, puffasztott rizsszelet 2 db
Ebéd	Zöldségleves Aprósült Karábéfőzelék	Paradicsomleves Párolt szelet Kukoricás rizs 4 dkg rizsből Céklasaláta diab.	Kukorica daragaluska leves Lencsefőzelék Sült kolbász	Zöldséges kelbimbóleves Marhapörkölt Tészta 5 dkg tésztából Csemege uborka	Húsleves Főtt csirkecomb ½ adag burgonya Gyümölcsmártás
Uzsonna	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Reszelt sajt, margarinos kenyér 4 dkg, uborka	Tepertőkrémes kenyér 4 dkg, lilahagyma	Tojáskrémes kenyér 4 dkg, jégcsapretek	Sütőtök 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese,dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita mb. igazgató

É T L A P

2020. november 23-27.

48. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, csemege szalámi, kenyér 4 dkg, paradicsom	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér 4 dkg	Tea, házi túrókrém, kenyér 4 dkg, póréahagyma	Kefir, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, sonka, margarin, kenyér 4 dkg, fejessaláta
Ebéd	Hamis gulyásleves (ritká) Temesvári sertésszelet Copfocska tészta 4 dkg tésztából	Brokkolikrémleves pirított kenyérkocka Szezámagos csirkemáj Vajas burgonya 20 dkg	Zöldséges gombaleves Aprósült Tökfőzelék	Mészárosleves Káposztás tészta 5 dkg tésztából	Erdei gyümölcsleves Házi rizseshús 5 dkg rizsől Bolgár saláta
Uzsonna	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Sonkakrémes kenyér 4 dkg, pritamin paprika	Mandarin 10 dkg puffasztott rizsszelet 2 db	Vitaminos margarin, kenyér 4 dkg, uborka	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

É T L A P

2020. november 30- december 4.

49. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tea, csirkemell sonka, kenyér 4 dkg, kaliforniai paprika	Tea, sajtkrémes kenyér 4 dkg, paradicsom	Joghurt, puffasztott rizsszelet 2 db	Tea, kenőmájas, kenyér 4 dkg, uborka	Tea, bundás kenyér 4 dkg kenyérből
Ebéd	Kukorica galuskaleves Majorannás pulykasült Finomfőzelék	Kertészleves Kolbászos rakott burgonya 20 dkg burgonyából Savanyú káposzta	Meggyleves Csirkemell párizsian Rizi-bizi 4 dkg rizsből Cékla saláta	Sertéraguleves Túrós tészta 5 dkg tésztából	Zöldségleves Aprósült Sárgaborsó főzelék
Uzsonna	Körözöttes kenyér 4 dkg, uborka	Zala felvágott, margarin, kenyér 4 dkg	Reszelt sárgarépa, margarin, kenyér 4 dkg	Puffasztott rizsszelet 2 db, alma 10 dkg	Olasz felvágott, kenyér 4 dkg, pritamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!