

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2023. június 5 - 9.
23. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, reszelt tojás, vitaminos margarin, kenyér, uborka	Tej, kenőmájas, kenyér, zöldhagyma	Citromos tea, gyümölcsös túrókrém, kenyér	Kakaó, vajás kenyér, uborka csíkok	Citromos tea, csirkemell sonka, joghurtos margarin, kenyér, pírtaminpaprika
Tízórai	Alma	Gyümölcs	Banán	Gyümölcslé (100%-os)	Alma
Ebéd	Sertés pörkölt Tört burgonya Almás céklasaláta	Tavaszi csirkemell Zöldséges rizs	Sertésraguleves Burgonyás tészta Csemege uborka	Pulyka brassói Paradicsomos káposztafőzelék Kenyér	Párolt szelet Majonézes burgonya
Uzsonna	Csipketea, Zala felvágott, kenyér, paradicsom	Gyümölcstea, reszelt sajt, margarinos kenyér, tv. paprika	Tej, margarinos-mézes kenyér	Gyümölcstea, sonkakerém, kenyér, vegyes zöldség	Tej, sárgarépakrém, kenyér, jégcsap retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2023. június 12 - 16.

24. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, sonkás rántotta, kenyér, uborka	Citromos tea, brokkoli krémes kenyér, paradicsom	Karamellás tej, joghurtos margarin, kenyér	Gyümölcstea, főtt virsli, kenyér, ketchup	Tej, házi sajtkrémes kenyér, jégcsap retek
Tízórai	Alma	Banán	Limonádé, új karalábé csíkok	Narancslé	Gyümölcssaláta
Ebéd	Köményes sertésszelet Tökfőzelék Kenyér	Párolt pulykamell Zöldséges rizs Befőtt	Tojásos rakott burgonya Almakompót	Tárkonyos csirke raguleves Túrós palacsinta	Csirkemájás rizottó Cékla saláta
Uzsonna	Csipketea, szendvics sonka, Light margarin kenyér, vajretek	Forralt tej, sárgabarack lekváros kenyér	Citromos tea, párizsikrémes kenyér	Forralt tej, margarinos kenyér, reszelt sajt, zöldhagyma	Citromos tea, házi halkrémes, kenyér, paradicsom

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

É T L A P

2023. június 19 - 23.
25. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, Pápai sonka, vajkrémes kenyér, Kalifornia paprika	Citromos tea, karfiolkrémes kenyér, reszelt uborka	Tej, meleg szendvics, vegyes zöldség	Gyümölcstea, reszelt tojás, margarinos kenyér, paradicsom	Csokoládés tej, sonkakrém, margarinos kenyér, vajretek
Tízórai	Gyümölcsturmix	Banán	Csipketea, sárgarépa csíkok	Gyümölcssaláta	Gyümölcslé (100%-os)
Ebéd	Brokkolis-halas spagetti	Lecsós csirkecomb Zöldborsófőzelék	Bazsalikomos csirkemáj Sonkás rizs Almakompót	Bakonyi betyárleves Káposztás tészta	Húsgombóc Gyümölcsmártás Tört burgonya
Uzsonna	Csipketea, házi kenőmájas, kenyér, uborka	Natúr joghurt, vajkrémes kenyér	Citromos tea, kockasajt, Light margarinos kenyér	Tej, natúr kukoricapehely	Csipketea, barackos túrókrém, kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Gluténmentes

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

É T L A P

2023. június 26 - 30.

26. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej, csirkemell sonka, vajkrémes kenyér, uborka	Gyümölcsös tea, sajtkrémes kenyér, zöldhagyma	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Gyümölcstea, tükörtojás, kenyér, vegyes zöldség	Tej, vajas mézes kenyér
Tízórai	Gyümölcs	Citromos tea gyümölcs	Rostoslé	Limonádé, gyümölcs	Banánturmix
Ebéd	Sült csirkecomb Karalábefőzelék	Párolt pulykamell Rakott zöldség	Házi májas rizses hús Őszibarack befőtt	Húsos tészta Csemege uborka	Alföldi gulyásleves Almás palacsinta
Uzsonna	Citromos tea, párizsikrémes kenyér	Forralt tej, margarinos-lekváros kenyér	Citromos tea, reszelt sajt, margarinos kenyér, kalifornia paprika	Forralt tej, margarinos , kenyér, reték	Gyümölcstea, csirkemell sonka, kenyér, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató