

É T L A P

2023. június 5 - 9.
23. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Tej lm., reszelt tojás, margarin, teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Tej lm., kenőmájás, hami rúd, zöldhagyma	Citromos tea, rántotta, teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó lm., margarinos kukoricapelyhes kenyér, uborka csíkok	Citromos tea, csirkemell sonka, margarin, burgonyás kenyér, pritaminpaprika
Tízórai	Alma	Gyümölcs	Banán	Gyümölcslé (100%-os)	Alma
Ebéd	Sertés pörkölt Tört burgonya Almás céklasaláta	Tavaszi csirkemell lm. Zöldséges kuszkus	Májgaluskaleves Burgonyás tészta Csemege uborka	Pulyka brassói Paradicsomos káposztafőzelék Fehér kenyér	Harcsa fasírt Tört burgonya Csemege uborka
Uzsonna	Csipketea, Zala felvágott, kifli, paradicsom	Gyümölcstea, kockasajt lm., margarinos félbarna kenyér, tv. paprika	Tej lm., briós	Gyümölcstea, sonkacrém, nagy kifli, vegyes zöldség	Tej lm., felvágott, teljes kiőrlésű zsemle, jégcsap retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

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 lm., sonkás rántotta, fehér kenyér, uborka	Citromos tea, felvágott, teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Karamellás tej lm., margarin, félbarna kenyér	Gyümölcstea, főtt virsli, teljes kiőrlésű kenyér, ketchup	Tej lm., kockasajt lm., teljes kiőrlésű zsemle, jégcsap retek
Tízórai	Alma	Banán	Limonádé, új karalábé csíkok	Narancslé	Gyümölcssaláta
Ebéd	Köményes sertésszelet Tökfőzelék lm. Burgonyás kenyér	Párolt pulykamell Zöldséges rizs Befőtt	Aprósült Törtburgonya Almakompót	Tárkonyos csirke raguleves lm. Ízes palacsinta lm.	Csirkemájás rizottó sajt nélkül Cékla saláta
Uzsonna	Csipketea, szendvics sonka, margarinos zsemle, vajretek	Forralt tej lm., sárgabarack lekváros foszlós kalács	Citromos tea, búzacsírás pulyka húskrém, Vincellér kifli	Forralt tej lm., margarinos magkeverékes kenyér, zöldhagyma	Citromos tea, házi halkrémes, zabos 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 lm., Pápai sonka, margarinos kifli, Kalifornia paprika	Citromos tea, felvágott, teljes kiőrlésű kifli, reszelt uborka	Tej lm., párizsi, kenyér, vegyes zöldség	Gyümölcstea, reszelt tojás, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, paradicsom	Tej lm., sonkakrém, margarinos zsemle, vajretek
Tízórai	Gyümölcsturmix lm.	Banán	Csipketea, sárgarépa csíkok	Gyümölcssaláta	Gyümölcslé (100%-os)
Ebéd	Brokkolis-halas spagetti	Lecsós csirkecomb Zöldborsófőzelék lm.	Bazsalikomos csirkemáj Sonkás rizs Almakompót	Bakonyi betyárleves lm. Káposztás tészta	Húsgombóc Gyümölcsmártás lm. Tört burgonya
Uzsonna	Csipketea, házi kenőmájás, kukoricapelyhes kenyér, uborka	Natúr joghurt lm., zsemle	Citromos tea, kockasajt lm., margarinos burgonyás kenyér	Tej lm., gabona pehely	Csipketea, margarinos-mézes rozsos kenyér

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

Napsugár Bölcsőde konyhája
Laktózmentes

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 lm., csirkemell sonka, margarinos teljes kiőrlésű zsemle, uborka	Gyümölcsös tea, kockasajt lm., teljes kiőrlésű kifli, zöldhagyma	Tea, főtt virsli, mustár, kenyér	Gyümölcsstea, tükörtojás, burgonyás kenyér, vegyes zöldség	Tej lm., margarinos mézes fehér kenyér
Tízórai	Gyümölcs	Citromos tea gyümölcs	Rostoslé	Limonádé, gyümölcs	Banánturmix lm.
Ebéd	Sült csirkecomb Karalábefőzelék lm.	Párolt pulykamell Zöldséges rizs Csemege uborka	Házi májas rizses hús Őszibarack befőtt	Húsos tészta Csemege uborka	Alföldi gulyásleves Almás palacsinta lm.
Uzsonna	Citromos tea, párizsikrémes kenyér	Forralt tej lm., foszlós kalács	Citromos tea, felvágott, margarinos teljes kiőrlésű kenyér, kalifornia paprika	Forralt tej lm., margarinos , Vincellér kifli, retek	Gyümölcsstea, májkrém, teljes kiőrlésű zsemle, uborka

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató