

# É T L A P

2023. június 5 - 11.

23. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Citromos tea, baromfi párizsi, margarinos teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Kakaó 2 dl, vajás zsemle 1 db, zöldhagyma	Zöldtea, főtt virsli, mustár, burgonyás kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, kenőmájas, vágott zsemle 1 db, uborka	Citromos tea, lecsó, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Csipketea, hamburgerhús- melegszendvics 7 dkg kenyérből	Tej 2 dl, főtt tojás mini ráma, fehér kenyér 5 dkg, paradicsom
<b>Tízórai</b>	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Joghurt, zsemle ½ db	Sajtos rúd 4 dkg- nyi
<b>Ebéd</b>	Árpagyöngy leves Baromfi vagdalt Paradicsomos káposztafőzelék d	Zellerkrémleves Sült csirkecomb Tört burgonya 20 dkg Uborkasaláta	Tojásleves Hortobágyi rakott tészta 5 dkg tésztából	Kertész leves Sült kolbász Szárzababfőzelék	Zöldségleves Budapest sertésragu Párolt rizs 5 dkg rizsből	Sertés raguleves Tojásos nokedli ½ adag Uborkasaláta	Mészáros- leves Brassói Forgatott burgonya 20 dkg Kovászos uborka
<b>Uzsonna</b>	Nápolyi. 4 dkg	Kockasajt, kifli 1 db	Vajás zsemle ½ db	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Kockasajt, kifli 1 db	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)
<b>Vacsora</b>	Citromos tea, krémsajtos teljes kiőrlésű kifli 2 db, uborka	Gyümölcstea, csirkemell sonka teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Csipketea, Olasz felvágott, mini ráma teljes kiőrlésű zsemle 1 ½ db, uborka	Gyümölcstea, tepertőkrémes, magkeverékes kenyér 10 dkg, lilahagyma	Limonádé, körözött, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg	Tej 2 dl, Pápai sonka, mini vaj, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, uborka	Zöldtea, pulykafelvágott, mini ráma teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, pírtamin paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

## Gondozóház Cukorbeteg

# ÉTLAP

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek!

2023. június 12 - 18.  
24. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Csipketea, sonkás meleg szendvics 7 dkg	Zöldtea, szalonnás tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, tv. paprika	Citromos tea, tósni fokhagymás tejfőllel 1 db, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg	Csipketea, fűszeres májas, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Csipketea, hamburgerhús, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, vegyes zöldség	Tej 2 dl, tojáskrémes fehér kenyér 5 dkg, uborka	Gyümölcsstea, löncs felvágott, mini vaj, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom
<b>Tízórai</b>	Ivólé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Ivólé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Margarinos zsrúkenyér 4 dkg	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl
<b>Ebéd</b>	Töltelékleves Sertés pörkölt Tökfőzelék	Zöldborsóleves Rakott burgonya 15 dkg burgonyából Káposztával töltött paprika	Sertés raguleves Túrós tészta 5 dkg tésztából	Gombakrémleves Házi rizses hús 5 dkg rizsből Uborkasaláta	Paradicsomleves Szalonnás csirkemáj Petrezselymes burgonya 20 dkg Káposztasaláta	Szárnyas raguleves Káposztás tészta 5 dkg tésztából cukor nélkül	Májgaluskaleves Nyitrai sertés karaj Párolt zöldség köret Diabetikus befőtt
<b>Uzsonna</b>	Szezámós rúd 4 dkg-nyi	Vajas kifli 1 db	Nápolyi 4 dkg	Sajtkrém Vincellér kifli 1 db	Kefir, zsemle ½ db	Kockasajt, kenyér 4 dkg	Vajas kenyér 4 dkg
<b>Vacsora</b>	Gyümölcstea, tepertőkrémes magkeverékes kenyér 10 dkg, lilahagyma	Kakaó 2 dl, mini jam, császárszendvics 1 db	Gyümölcstea, tavaszi rolád, mini vaj, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Limonádé, Olasz felvágott teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, vajkrém, uborka	Tej 2 dl, mini jam, mini ráma, zsemle 1 db	Zöldtea, sonka, margarinos burgonyás kenyér 10 dkg, paradicsom	Citromos tea, csemege szalámi, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# É T L A P

2023. június 19 - 25.

25. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Limonádé, szendvics sonka, mini ráma burgonyás kenyér 7 dkg, zöldhagyma	Tejeskávé 2 dl, mini vaj, zsemle 1 db, paradicsom	Gyümölcs tea, kenyérlángos 7 dkg-nyi	Kakaó 2 dl, baromfi májas, magkeverékes kenyér 5 dkg, uborka	Citromos tea tepertőkrém, magvas kenyér 7 dkg, lilahagyma	Kakaó. 2 dl, mini ráma, szőlő magvas kenyér 5 dkg, paradicsom	Gyümölcs tea, rántotta, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, vegyes zöldség
<b>Tízórai</b>	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Párizsi krémes kenyér 4 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Margarinos kenyér 4 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Vajas kenyér 4 dkg
<b>Ebéd</b>	Reszelt tészta leves Főtt virsli Zöldborsófőzelék	Meggyeles Sült csirkecomb Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Uborkasaláta	Daragaluska leves Rakott karfiol	Köménymagos leves Vadas sertéssült Csótészta 5 dkg tésztából	Karalábé leves Rántott halfilé Forgatott burgonya 15 dkg Kovászos uborka	Suhintott leves Nagykőrösi egytálétel	Újházi csirkeleves Csirkemell vadász módra Burgonyapüré 20 dkg Alma kompót
<b>Uzsonna</b>	Vajas császárszemle ½ db	Margarinos kifli 1 db	Löncskrémes kenyér 4 dkg	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Nápolyi 4 dkg	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)
<b>Vacsora</b>	Kakaó 2 dl, vajas zsemle 1 db	Tea, csirkemell sonka, mini ráma, félbarna kenyér 10 dkg, kaliforniai paprika	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcs tea, Zala felvágott, mini ráma, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Limonádé, halkrém, fehér magos kenyér 10 dkg, reték	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl, kapos túrókrém, fehér kenyér 5 dkg, lilahagyma	Tej 2 dl, krémsajt félbarna kenyér 7 dkg, kaliforniai paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2023. június 26. - július 2.

26. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tejeskávé. 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű bagett 5 dkg, paradicsom	Citromos tea, bundás kenyér 7 dkg kenyérből	Tej 2 dl, tükörtojás, félbarna kenyér 5 dkg, uborka	Gyümölcsstea, gomolya, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Kakaó 2 dl, májpástétom, teljes kiőrlésű kifli 1 db, lilahagyma	Citromos tea, lecsó, fehér kenyér 7 dkg	Csipketea, sült császárszalonna, burgonyás kenyér 7 dkg, kaliforniai paprika
<b>Tízórai</b>	Kockasajt, kifli 1 db	Ivólé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Sajtkrémes kifli 1 db	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)
<b>Ebéd</b>	Galuska leves Fokhagymás pecsenye Finomfőzelék	Palócleves Mákos metélt 5 dkg tésztából	Tavaszi leves Zúzapörkölt Sós burgonya 20 dkg Uborkasaláta	Zöldséges tarhonya leves Sertéspörkölt Copfocska tészta 5 dkg tésztából Cékla saláta	Széchenyi-leves Sült csirkecomb Sárgarépás rizs 5 dkg rizsből Házi vegyes vágott savanyúság	Daragaluska leves Aprósült Tökfőzelék	Hús erőleves Fűszeres csirkecomb Burgonyapüré 20 dkg Kovászos uborka
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Lekváros kenyér 4 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 10-15 dkg (kivéve körte, szilva, szőlő)	Nápolyi 4 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl
<b>Vacsora</b>	Csipketea, Pápai sonka, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg, tv. paprika	Gyümölcsstea. kolbászkrem, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, pritamin paprika	Csipketea, Zala felvágott, margarin, teljes kiőrlésű zsemle 1 ½ db	Tej 2 dl, marha párizsi, mini ráma, félbarna kenyér 7 dkg, tv. paprika	Citromos tea, kockasajt, fehér kenyér 10 dkg, vegyes zöldség	Gyümölcsstea, kefir, mini ráma, félbarna kenyér 7 dkg, paradicsom	Zöldtea, mini vaj pulyka felvágott teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, vaj retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!