

# ÉTLAP

2023. november 6 - 12.  
45. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tejeskávé . 2 dl, mini vaj, zsemle 1 db	Csipketea kemencés lángos 7 dkg-nyi	Zöldtea tojásrántotta, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, kenőmájas, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, kaliforniai paprika	Csipketea főtt krinolin, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Zöldtea szendvics sonka, mini ráma, burgonyás kenyér 7 dkg, uborka	Tej 2 dl, sertés párizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, kaliforniai paprika
<b>Tízórai</b>	Alma 20 dkg	Kockasajt, kifli 1 db	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Mini ráma kifli 1 db	Diab. nápolyi 4 dkg	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Ivólé 100 %-os 2 dl
<b>Ebéd</b>	Grízgaluskaleves Sült virsli Lencsefőzelék	Zöldségleves kurucosan Sertés pecsenye Párolt lilakáposzta ½ adag sós burgonya	Tejfölös karalábéleves Marhapörkölt Tarhonya 5 dkg tarhonyából Csemege uborka	Mészáros- leves Túrós tészta 5 dkg tésztából	Csurgatott tésztaleves Mustáros sertés karaj Csótészta 5 dkg tésztából	Csirke raguleves Sült csirkecomb Tört burgonya 20 dkg Diabetikus befőtt	Hús erőleves Csirkemell Bp. módra Petrezselymes rizs 5 dkg rizsből Diabetikus befőtt
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Gyümölcs 15-20 dkg kivéve banán	Sajtkrém, zsemle ½ db	Húskonzerv kenyér 4 dkg	Tej 2 dl, korpás kifli ½ db	Kockasajt, zsemle ½ db	Sütőtök 15 dkg
<b>Vacsora</b>	Rizses hús 5 dkg rizsből, csemege uborka	Gyümölcstea kefir, margarin, kifli 1 ½ db	Kakaó 2 dl, mini ráma, kifli 1 ½ db	Rántott parizer burgonyapüré 15 dkg cékla saláta	Citromos tea , marha párizsi, mini ráma, burgonyás kenyér 10 dkg,	Tej 2 dl, sonkkrém, teljes kiőrlésű kifli 1 ½ db, uborka	Gyümölcstea sajtkrémes fehér kenyér 10 dkg, zöldhagyma

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

2023. november 13 - 19.

46. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tej 2 dl, mini ráma, Olasz felvágott, teljes kiőrlésű zsemle 1 db	Csipketea sült császárszalonna, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, mini ráma, zsemle 1 db	Gyümölcsstea főtt krinolin mustár, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg	Kakaó diab.2 dl, sajtos párizsi, mini ráma, teljes kiőrlésű, kenyér 5 dkg, uborka	Zöldtea körözött, félbarna kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, sajtos sült kifli 1 db uborka
<b>Tízórai</b>	Mandarin 20 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Margarin, kifli 1 db	Kocka sajt, fehér kenyér 4 dkg	Narancs 20 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg
<b>Ebéd</b>	Zöldségleves Sertéspaprikás Orsó tészta 5 dkg tésztából	Kertész-leves Székelykáposzta Kenyér 3 dkg	Almaleves . Serpényős burgonya kolbásszal 20 dkg burgonyából kolbásszal Csemege uborka	Zöldséges babeleves füstölt hússal Sajtos pogácsa 1 db kisebb 4 dkg- nyi	Tarhonyaleves Aprósült Tejfölös tökfőzelék	Rizsleves Zöldséges pulykaragu Bulgur 5 dkg bulgurból Diabetikus befőtt	Májgaluskaleves Csirkemell párizsian Kukoricás rizs 4 dkg rizsből Uborkasaláta .
<b>Uzsonna</b>	Kenőmájas, zsemle ½ db	Alma 20 dkg	Alma 20 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl	Kockasajt, kifli 1 db	Diab. nápolyi 4 dkg	Gyümölcsle 100 %-os 2 dl
<b>Vacsora</b>	Rántott sajt, Rizi-bizi 4 dkg rizsből	Tej 2 dl, marha párizsi, margarinos mixés zsemle 1 db, téli retek	Tej 2 dl, mini . jam, mini ráma, teljes kiőrlésű kifli 1 db	Sült csirkecomb burgonyapüré 20 dkg, Alma kompót diab.	Csipketea házi halkrém, fehér kenyér 10 dkg, paradicsom	Kakaó 2 dl, mini ráma, búzacsírás bagett 7 dkg	Gyümölcsstea tojáskrém, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, jégcsapretek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Tiszaújvárosi Intézményműködtető Központ  
Tiszaújváros, Bethlen G. út 7.

## Gondozóház Cukorbeteg

Az ételek a diétának megfelelő nyersanyagból készülnek !

# ÉTLAP

2023. november 20 - 26.

47. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Kakaó 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 5 dkg, paradicsom	Zöldtea gomolya sajt, fehér kenyér 7 dkg, lilahagyma	Tej 2 dl, margarinos zsemle 1 db	Gyümölcsstea párizsi, margarin, fehér kenyér 7 dkg	Tejeskávé 2 dl, vajás zsemle 1 db	Citromos tea mini ráma, főtt tojás, vágott zsemle 1 db, paradicsom	Tej 2 dl, májusi csemege felvágott, mini ráma, fehér kenyér 5 dkg
<b>Tízórai</b>	Ivólé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Alma 20 dkg	Molnárka ½ db	Narancs 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Mandarin 20 dkg
<b>Ebéd</b>	Galuskaleves Rácbab paprikás	Suhintott leves Vajon párolt csirkemell Majonézes tésztasaláta 5 dkg tésztából	Francia hagymaleves Bácskai rizses hús 5 dkg rizsből Céklasaláta	Gombakrémleves Sült csirkecomb Hagymás tört burgonya Csemege uborka	Árpagyöngyleves Rakott karfiol	Töltike leves Fokhagymás sertés sült Finomfőzelék	Daragaluska leves Csirkepaprikás Nokedli ½ adag
<b>Uzsonna</b>	Sajtos rúd 4 dkg- nyi	Búzacsírás bagett 4 dkg-nyi	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Alma 20 dkg	Nápolyi diab. 4 dkg	Kockasajt, kifli 1 db	Sütőtök 15 dkg
<b>Vacsora</b>	Grill csirkecomb burgonyapüré 20 dkg Vegyes vágott savanyúság	Tej 2 dl, diák csemege, mini ráma, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, vajretek	Citromos tea , margarinos fehér kenyér 10 dkg, sonka, vegyes zöldség	Nudli 10 dkg ( diab. lekvárral)	Csipketea zsíros teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Zöldtea, kefir, margarin, teljes kiőrlésű zsemle 1 db	Gyümölcsstea májkrémes teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, jégcsap retek

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Összeállította: Gyáni Emese, dietetikus

Jóváhagyta: Molnárné Tóth Anita igazgató

# ÉTLAP

2023. november 27 - december 3.

48. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tej 2 dl, mini ráma, nagy kifli 5 dkg- nyi, tv. paprika	Csipketea bundás kenyér 7 dkg kenyérből	Gyümölcstea sült császárszalonna, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, uborka	Tej 2 dl, csirkemell sonka, mini ráma, magkeverékes kenyér 5 dkg, kaliforniai paprika	Zöldtea körözött, teljes kiőrlésű kenyér 7 dkg, lilahagyma	Kakaó 2 dl, mini vaj, félbarna kenyér 5 dkg, paradicsom	Gyümölcstea sajtos sült kifli 1 ½ db, mustár
<b>Tízórai</b>	Narancs 20 dkg	Májkrémes kenyér 4 dkg	Ivólé 100 %-os 2 dl	Narancs 20 dkg	Kefir, kifli ½ db	Mandarin 20 dkg	Gyümölcslé 100 %-os 2dl
<b>Ebéd</b>	Sertés raguleves Káposztás tészta . 5 dkg tésztából	Grízgaluskaleves Sült kolbász Szemes babfőzelék	Zöldségleves Rizses hús Diabetikus befőtt	Reszelt tészta leves Paradicsommártás Húsgombóc ½ adag főtt burgonya	Tojás leves Nyitrai sertés szelet Rizi-bizi 4 dkg rizsből Céklasaláta	Tárkonyos pulykaleves Túrógombóc	Húsleves Főtt sertéshús Sós burgonya Sóskamártás
<b>Uzsonna</b>	Sajtos kifli 1 db	Alma 20 dkg	Vajas zsemle ½ db	Gyümölcslé 100 %-os 2 dl	Mandarin 20 dkg	Mini ráma, Vincellér kifli 1 db	Alma 20 dkg
<b>Vacsora</b>	Zúzapörkölt Burgonyapüré 20 dkg burgonyából	Zöldtea Zala felvágott, teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, paradicsom	Tej 2 dl, fűszeres pulykamájás, fehér kenyér 7 dkg, jégcsapretek	Sült hurka fehér kenyér 7 dkg, csemege uborka	Kefir , mini ráma, búzacsírás bagett 7 dkg-nyi	Gyümölcstea Olasz felvágott margarinos teljes kiőrlésű kenyér 10 dkg, uborka	Tejeskávé 2 dl, mini ráma, teljes kiőrlésű zsemle 1 db, tv. paprika

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!