

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

48. hét

2023. 12. 01. – 2023. 12. 01.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>					Tojásleves																																													
					Vadas apróhús Makaróni tészta																																													
	ALLERGÉN: <table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉN: <table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	Sz:	Só:	T.zs:	Cuk:			ALLERGÉNEK: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal: 927</td><td>F: 41</td><td>Zs:38</td></tr> <tr><td>Sz: 103</td><td>Só: 8,3</td><td>T.zs: 9</td></tr> <tr><td>Cuk: 8</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 927	F: 41	Zs:38	Sz: 103	Só: 8,3	T.zs: 9	Cuk: 8		
Kcal	F:	Zs:																																																
Sz:	Só:	T.zs:																																																
Cuk:																																																		
Kcal:	F:	Zs:																																																
Sz:	Só:	T.zs:																																																
Cuk:																																																		
Kcal:	F:	Zs:																																																
Sz:	Só:	T.zs:																																																
Cuk:																																																		
Kcal:	F:	Zs:																																																
Sz:	Só:	T.zs:																																																
Cuk:																																																		
Kcal: 927	F: 41	Zs:38																																																
Sz: 103	Só: 8,3	T.zs: 9																																																
Cuk: 8																																																		

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek,

kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk!**

Összeállította: Csukáné Csőke Ibolya ételmezésvezető

Jóváhagyta: Csibi Lajos intézményvezető

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

49. hét

2023. 12. 04. – 2023. 12. 08.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																																														
<b>EBÉD</b>	Rizsleves	Pirított tésztalesves	Olasz zöldségleves	Paradicsomleves	Frankfurti leves																																																																														
	Tökfőzelék Ripp-Ropp	Rakott karfiol	Csülökpörkölt Főtt burgonya Csemege uborka	Tarhonyás hús	Cserászka Narancs																																																																														
	<p>ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>759</td> <td>27</td> <td>31</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>91</td> <td>14</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Cuk:10</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	759	27	31	Sz:	Só:	T.zs:	91	14	6	Cuk:10			<p>ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>743</td> <td>31</td> <td>32</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>78</td> <td>9,4</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	743	31	32	Sz:	Só:	T.zs:	78	9,4	10	Cuk: 0			<p>ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>857</td> <td>28</td> <td>42</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>86</td> <td>9,0</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	857	28	42	Sz:	Só:	T.zs:	86	9,0	2	Cuk:0			<p>ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár,</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>1250</td> <td>47</td> <td>38</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>175</td> <td>9,8</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Cuk:</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1250	47	38	Sz:	Só:	T.zs:	175	9,8	6	Cuk:			20			<p>ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár,</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:</td> <td>F:</td> <td>Zs:</td> </tr> <tr> <td>1019</td> <td>39</td> <td>39</td> </tr> <tr> <td>Sz:</td> <td>Só:</td> <td>T.zs:</td> </tr> <tr> <td>140</td> <td>14</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1019	39	39	Sz:	Só:	T.zs:	140	14	14	Cuk:0		
Kcal:	F:	Zs:																																																																																	
759	27	31																																																																																	
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																	
91	14	6																																																																																	
Cuk:10																																																																																			
Kcal:	F:	Zs:																																																																																	
743	31	32																																																																																	
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																	
78	9,4	10																																																																																	
Cuk: 0																																																																																			
Kcal:	F:	Zs:																																																																																	
857	28	42																																																																																	
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																	
86	9,0	2																																																																																	
Cuk:0																																																																																			
Kcal:	F:	Zs:																																																																																	
1250	47	38																																																																																	
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																	
175	9,8	6																																																																																	
Cuk:																																																																																			
20																																																																																			
Kcal:	F:	Zs:																																																																																	
1019	39	39																																																																																	
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																	
140	14	14																																																																																	
Cuk:0																																																																																			

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek,

kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk!**

Összeállította: Csukáné Csőke Ibolya ételmezésvezető

Jóváhagyta: Csibi Lajos intézményvezető

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

50. hét

2023. 12. 11. – 2023. 12. 15.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Tavaszi leves	Lebbencsleves	Almaleves	Sütőtök krémleves	Májgombóclevés																																													
	Szárzab főzelék Sült kolbász	Rakott kelkáposzta	Grill csirke Főtt burgonya Párolt káposzta	Lecsós csirkemáj Sárgarépas rizs	Rakott tészta Mandarin																																													
	<p style="font-size: small;">ALLERGÉN: tej, glutén, szója,tojás, zeller, mustár</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal: 1565</td><td>F: 62</td><td>Zs: 96</td></tr> <tr><td>Sz: 96</td><td>Só: 9,4</td><td>T.zs: 36</td></tr> <tr><td>Cuk: 10</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 1565	F: 62	Zs: 96	Sz: 96	Só: 9,4	T.zs: 36	Cuk: 10			<p style="font-size: small;">ALLERGÉN: tej, glutén, tojás,sojja, zeller, mustár</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal: 742</td><td>F: 36</td><td>Zs: 32</td></tr> <tr><td>Sz: 88</td><td>Só: 7,7</td><td>T.zs: 12</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 742	F: 36	Zs: 32	Sz: 88	Só: 7,7	T.zs: 12	Cuk: 0			<p style="font-size: small;">ALLERGÉN: tej, glutén, szója,tojás, zeller, mustár</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal: 918</td><td>F: 46</td><td>Zs: 29</td></tr> <tr><td>Sz: 113</td><td>Só: 7,9</td><td>T.zs: 10</td></tr> <tr><td>Cuk: 26</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 918	F: 46	Zs: 29	Sz: 113	Só: 7,9	T.zs: 10	Cuk: 26			<p style="font-size: small;">ALLERGÉN: tej, glutén, zeller,mogyoró</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal: 787</td><td>F: 39</td><td>Zs: 21</td></tr> <tr><td>Sz: 109</td><td>Só: 4,4</td><td>T.zs: 7</td></tr> <tr><td>Cuk: 15</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 787	F: 39	Zs: 21	Sz: 109	Só: 4,4	T.zs: 7	Cuk: 15			<p style="font-size: small;">ALLERGÉN: tej, glutén, szója,tojás, zeller, mustár,dióféle</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal: 1224</td><td>F: 37</td><td>Zs: 24</td></tr> <tr><td>Sz: 182</td><td>Só: 9,8</td><td>T.zs: 5</td></tr> <tr><td>Cuk:12</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 1224	F: 37	Zs: 24	Sz: 182	Só: 9,8	T.zs: 5	Cuk:12		
Kcal: 1565	F: 62	Zs: 96																																																
Sz: 96	Só: 9,4	T.zs: 36																																																
Cuk: 10																																																		
Kcal: 742	F: 36	Zs: 32																																																
Sz: 88	Só: 7,7	T.zs: 12																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 918	F: 46	Zs: 29																																																
Sz: 113	Só: 7,9	T.zs: 10																																																
Cuk: 26																																																		
Kcal: 787	F: 39	Zs: 21																																																
Sz: 109	Só: 4,4	T.zs: 7																																																
Cuk: 15																																																		
Kcal: 1224	F: 37	Zs: 24																																																
Sz: 182	Só: 9,8	T.zs: 5																																																
Cuk:12																																																		

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek,

kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!      Jó étvágyat kívánunk!**

Összeállította: Csukáné Csőke Ibolya ételmezésvezető

Jóváhagyta: Csibi Lajos intézményvezető

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

51. hét

2023. 12. 18. – 2023. 12. 22.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Hamis gulyás	Csirkeragu leves	Brokkoli krémleves	Magyaros burgonyaleves	Csontleves																																													
	Párolthús Paradicsomos káposzta	Tejbedara Gyümölcs	Bolognai spagetti	Darás húsos káposzta Narancs	Rántott halfilé Petrezselymes rizs Szaloncukor																																													
	ALLERGÉN:tej,glutén,szója,tojás,zeller,mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal:895</td><td>F:34</td><td>Zs:33</td></tr> <tr><td>Sz:109</td><td>Só:13</td><td>T.zs:5</td></tr> <tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:895	F:34	Zs:33	Sz:109	Só:13	T.zs:5	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén,szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal:830</td><td>F:37</td><td>Zs:23</td></tr> <tr><td>Sz:110</td><td>Só:11</td><td>T.zs:5</td></tr> <tr><td>Cuk: 22</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:830	F:37	Zs:23	Sz:110	Só:11	T.zs:5	Cuk: 22			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal:859</td><td>F:37</td><td>Zs:26</td></tr> <tr><td>Sz:117</td><td>Só:12</td><td>T.zs:9</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:859	F:37	Zs:26	Sz:117	Só:12	T.zs:9	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal:880</td><td>F:32</td><td>Zs:39</td></tr> <tr><td>Sz:76</td><td>Só:12</td><td>T.zs:11</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:880	F:32	Zs:39	Sz:76	Só:12	T.zs:11	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, hal,szója, tojás, zeller, mustár, <table border="1"> <tr><td>Kcal:1062</td><td>F:56</td><td>Zs:22</td></tr> <tr><td>Sz:153</td><td>Só:12</td><td>T.zs:10</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1062	F:56	Zs:22	Sz:153	Só:12	T.zs:10	Cuk: 0		
Kcal:895	F:34	Zs:33																																																
Sz:109	Só:13	T.zs:5																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:830	F:37	Zs:23																																																
Sz:110	Só:11	T.zs:5																																																
Cuk: 22																																																		
Kcal:859	F:37	Zs:26																																																
Sz:117	Só:12	T.zs:9																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:880	F:32	Zs:39																																																
Sz:76	Só:12	T.zs:11																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1062	F:56	Zs:22																																																
Sz:153	Só:12	T.zs:10																																																
Cuk: 0																																																		

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek,

kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk!**

Összeállította: Csukáné Csőke Ibolya ételmezésvezető

Jóváhagyta: Csibi Lajos intézményvezető

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

52. hét

2023. 12. 27. – 2023. 12. 29.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																											
<b>EBÉD</b>			Csabai burgonya leves	Vegyes gyümölcsleves	Daragaluska leves																											
			Grízes metélt	Pusztapörkölt Csemege uborka	Lencsefőzelék sertés pörkölt Gyümölcs																											
			ALLERGÉN: tej,glutén,szója,tojás,zeller,mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1076</td> <td>F:30</td> <td>Zs:31</td> </tr> <tr> <td>Sz:166</td> <td>Só:8,9</td> <td>T.zs:3</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1076	F:30	Zs:31	Sz:166	Só:8,9	T.zs:3	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej,glutén, zeller,mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 850</td> <td>F: 33</td> <td>Zs: 28</td> </tr> <tr> <td>Sz:111</td> <td>Só:9,3</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk:20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 850	F: 33	Zs: 28	Sz:111	Só:9,3	T.zs:10	Cuk:20			ALLERGÉN: tej,glutén,szója,tojás, zeller,mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1122</td> <td>F:54</td> <td>Zs:39</td> </tr> <tr> <td>Sz:131</td> <td>Só:12</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk:10</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1122	F:54	Zs:39	Sz:131	Só:12	T.zs:10	Cuk:10		
Kcal:1076	F:30	Zs:31																														
Sz:166	Só:8,9	T.zs:3																														
Cuk: 0																																
Kcal: 850	F: 33	Zs: 28																														
Sz:111	Só:9,3	T.zs:10																														
Cuk:20																																
Kcal:1122	F:54	Zs:39																														
Sz:131	Só:12	T.zs:10																														
Cuk:10																																

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek,  
kérjük, hogy ha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk!**

Összeállította: Csukáné Csőke Ibolya ételmezésvezető

Jóváhagyta: Csibi Lajos intézményvezető