

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

23. hét

2024. 06. 03. – 2024. 06. 07.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Zöldséges karalábéleves	Őszibarack leves	Pirított tésztaleves	Daragaluska leves	Zöldborsó leves																																													
	Csirkepaprikás Copfocska tészta	Pásztortarhonya Uborka saláta	Rántott halfilé Tavaszi köret	Rakott karfiol	Burgonyafőzelék Grill virsli Gyümölcs																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 883</td> <td>F: 39</td> <td>Zs: 32</td> </tr> <tr> <td>Sz: 34</td> <td>Só: 15</td> <td>T.zs: 8</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 883	F: 39	Zs: 32	Sz: 34	Só: 15	T.zs: 8	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 327</td> <td>F: 6</td> <td>Zs: 8</td> </tr> <tr> <td>Sz: 73</td> <td>Só: 3,5</td> <td>T.zs: 6</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 29</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 327	F: 6	Zs: 8	Sz: 73	Só: 3,5	T.zs: 6	Cuk: 29			ALLERGÉN: tej, glutén, hal, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 1227</td> <td>F: 60</td> <td>Zs: 40</td> </tr> <tr> <td>Sz: 152</td> <td>Só: 12</td> <td>T.zs: 12</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 1227	F: 60	Zs: 40	Sz: 152	Só: 12	T.zs: 12	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 722</td> <td>F: 35</td> <td>Zs: 30</td> </tr> <tr> <td>Sz: 75</td> <td>Só: 9,9</td> <td>T.zs: 10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 722	F: 35	Zs: 30	Sz: 75	Só: 9,9	T.zs: 10	Cuk: 0			ALLERGÉNEK: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 1109</td> <td>F: 33</td> <td>Zs: 46</td> </tr> <tr> <td>Sz: 129</td> <td>Só: 13</td> <td>T.zs: 14</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 10</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 1109	F: 33	Zs: 46	Sz: 129	Só: 13	T.zs: 14	Cuk: 10		
Kcal: 883	F: 39	Zs: 32																																																
Sz: 34	Só: 15	T.zs: 8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 327	F: 6	Zs: 8																																																
Sz: 73	Só: 3,5	T.zs: 6																																																
Cuk: 29																																																		
Kcal: 1227	F: 60	Zs: 40																																																
Sz: 152	Só: 12	T.zs: 12																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 722	F: 35	Zs: 30																																																
Sz: 75	Só: 9,9	T.zs: 10																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 1109	F: 33	Zs: 46																																																
Sz: 129	Só: 13	T.zs: 14																																																
Cuk: 10																																																		

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

24. hét

2024. 06. 10. – 2024 06. 14.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Egri húsleves	Kenyérkocka leves	Paradicsomleves	Csontleves	Májgombóc leves																																													
	Káposztás kocka	Tökfőzelék Fasírt Gyümölcs	Rántott sertésszelet Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Mexikói csirkemellcsíkok Párolt rizs	Rakott tészta Ivólé																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:762</td> <td>F:36</td> <td>Zs:28</td> </tr> <tr> <td>Sz: 109</td> <td>Só:12</td> <td>T.zs:5</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:762	F:36	Zs:28	Sz: 109	Só:12	T.zs:5	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:952</td> <td>F:30</td> <td>Zs:43</td> </tr> <tr> <td>Sz: 107</td> <td>Só:14</td> <td>T.zs:13</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 10</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:952	F:30	Zs:43	Sz: 107	Só:14	T.zs:13	Cuk: 10			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:126</td> <td>F:45</td> <td>Zs:46</td> </tr> <tr> <td>Sz: 160</td> <td>Só:6,5</td> <td>T.zs:11</td> </tr> <tr> <td>Cuk:20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:126	F:45	Zs:46	Sz: 160	Só:6,5	T.zs:11	Cuk:20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:724</td> <td>F:32</td> <td>Zs:18</td> </tr> <tr> <td>Sz: 107</td> <td>Só:12</td> <td>T.zs:2</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:724	F:32	Zs:18	Sz: 107	Só:12	T.zs:2	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár, dióféle <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1203</td> <td>F:36</td> <td>Zs:22</td> </tr> <tr> <td>Sz:154</td> <td>Só:9,8</td> <td>T.zs:5</td> </tr> <tr> <td>Cuk:12</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1203	F:36	Zs:22	Sz:154	Só:9,8	T.zs:5	Cuk:12		
Kcal:762	F:36	Zs:28																																																
Sz: 109	Só:12	T.zs:5																																																
Cuk:0																																																		
Kcal:952	F:30	Zs:43																																																
Sz: 107	Só:14	T.zs:13																																																
Cuk: 10																																																		
Kcal:126	F:45	Zs:46																																																
Sz: 160	Só:6,5	T.zs:11																																																
Cuk:20																																																		
Kcal:724	F:32	Zs:18																																																
Sz: 107	Só:12	T.zs:2																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1203	F:36	Zs:22																																																
Sz:154	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

25. hét

2024. 06. 17. – 2024. 06. 21.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Árpagyöngy leves	Tarhonyaleves	Egres leves	Zöldséges kelbimbó leves	Húsgombóclevés																																													
	Erdélyi rakottkáposzta	Halpaprikás Rövidcső tészta Gyümölcs	Sült csirke Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Paradicsommártás Húsgombóc Főtt burgonya	Cserászka Fejes saláta																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:765</td> <td>F:27</td> <td>Zs:32</td> </tr> <tr> <td>Sz:59</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs:17</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:765	F:27	Zs:32	Sz:59	Só:13	T.zs:17	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, hal, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:979</td> <td>F:43</td> <td>Zs:32</td> </tr> <tr> <td>Sz:132</td> <td>Só:7,7</td> <td>T.zs:12</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:979	F:43	Zs:32	Sz:132	Só:7,7	T.zs:12	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:993</td> <td>F:47</td> <td>Zs:28</td> </tr> <tr> <td>Sz:135</td> <td>Só:9,5</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 49</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:993	F:47	Zs:28	Sz:135	Só:9,5	T.zs:10	Cuk: 49			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:902</td> <td>F:36</td> <td>Zs:21</td> </tr> <tr> <td>Sz:138</td> <td>Só:12</td> <td>T.zs:3</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 30</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:902	F:36	Zs:21	Sz:138	Só:12	T.zs:3	Cuk: 30			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1120</td> <td>F:39</td> <td>Zs:36</td> </tr> <tr> <td>Sz:155</td> <td>Só:8,8</td> <td>T.zs:4</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 30</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1120	F:39	Zs:36	Sz:155	Só:8,8	T.zs:4	Cuk: 30		
Kcal:765	F:27	Zs:32																																																
Sz:59	Só:13	T.zs:17																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:979	F:43	Zs:32																																																
Sz:132	Só:7,7	T.zs:12																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:993	F:47	Zs:28																																																
Sz:135	Só:9,5	T.zs:10																																																
Cuk: 49																																																		
Kcal:902	F:36	Zs:21																																																
Sz:138	Só:12	T.zs:3																																																
Cuk: 30																																																		
Kcal:1120	F:39	Zs:36																																																
Sz:155	Só:8,8	T.zs:4																																																
Cuk: 30																																																		

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

26. hét

2024. 06. 24. – 2024. 06. 28.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Tejfölös gombaleves	Tavaszi leves	Brokkoli krémleves	Magyaros burgonyaleves	Reszelttészta leves																																													
	Tavaszi rizseshús Gyümölcs	Rakott kelkáposzta	Szezámos rántott csirkemell Burgonyapüré Csemege uborka	Lecsós csirkemáj Tarhonya	Rácbab paprikás																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:895</td> <td>F:39</td> <td>Zs:32</td> </tr> <tr> <td>Sz:111</td> <td>Só:11</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:895	F:39	Zs:32	Sz:111	Só:11	T.zs:10	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:836</td> <td>F:41</td> <td>Zs:27</td> </tr> <tr> <td>Sz:31</td> <td>Só:14</td> <td>T.zs:4</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:836	F:41	Zs:27	Sz:31	Só:14	T.zs:4	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1111</td> <td>F:50</td> <td>Zs:37</td> </tr> <tr> <td>Sz:138</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs:12</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1111	F:50	Zs:37	Sz:138	Só:13	T.zs:12	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1100</td> <td>F:48</td> <td>Zs:43</td> </tr> <tr> <td>Sz:129</td> <td>Só:11</td> <td>T.zs:6</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1100	F:48	Zs:43	Sz:129	Só:11	T.zs:6	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:816</td> <td>F:35</td> <td>Zs:35</td> </tr> <tr> <td>Sz:86</td> <td>Só:14</td> <td>T.zs:11</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 10</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:816	F:35	Zs:35	Sz:86	Só:14	T.zs:11	Cuk: 10		
Kcal:895	F:39	Zs:32																																																
Sz:111	Só:11	T.zs:10																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:836	F:41	Zs:27																																																
Sz:31	Só:14	T.zs:4																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1111	F:50	Zs:37																																																
Sz:138	Só:13	T.zs:12																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1100	F:48	Zs:43																																																
Sz:129	Só:11	T.zs:6																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:816	F:35	Zs:35																																																
Sz:86	Só:14	T.zs:11																																																
Cuk: 10																																																		

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