

SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

40. hét

2024.10.01– 2024.10.04.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD		Zöldborsóleves	Magyaros burgonyaleves	Brokkoli krémleves	Reszelttészta leves																																													
		Pirított sertésmáj Sós burgonya Csemege uborka	Vadas apróhús Makaróni tészta	Tavaszi rizseshús	Paradicsomos káposztafőzelék Párolt hús Szilva																																													
	<p>ALLERGÉN:</p> <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:			<p>ALLERGÉN:tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 819</td> <td>F:38</td> <td>Zs:31</td> </tr> <tr> <td>Sz:88</td> <td>Só:9,1</td> <td>T.zs:6</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 819	F:38	Zs:31	Sz:88	Só:9,1	T.zs:6	Cuk: 0			<p>ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1070</td> <td>F: 40</td> <td>Zs:39</td> </tr> <tr> <td>Sz: 135</td> <td>Só: 8,3</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk:8</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1070	F: 40	Zs:39	Sz: 135	Só: 8,3	T.zs:10	Cuk:8			<p>ALLERGÉN: tej, glutén, zeller, szója, tojás mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 800</td> <td>F:34</td> <td>Zs:28</td> </tr> <tr> <td>Sz:101</td> <td>Só: 15</td> <td>T.zs:8</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 800	F:34	Zs:28	Sz:101	Só: 15	T.zs:8	Cuk:0			<p>ALLERGÉNEK: tej, glutén, szója, tojás zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 873</td> <td>F: 32</td> <td>Zs:32</td> </tr> <tr> <td>Sz: 108</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs: 5</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 873	F: 32	Zs:32	Sz: 108	Só:13	T.zs: 5	Cuk: 20		
Kcal	F:	Zs:																																																
Sz:	Só:	T.zs:																																																
Cuk:																																																		
Kcal: 819	F:38	Zs:31																																																
Sz:88	Só:9,1	T.zs:6																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1070	F: 40	Zs:39																																																
Sz: 135	Só: 8,3	T.zs:10																																																
Cuk:8																																																		
Kcal: 800	F:34	Zs:28																																																
Sz:101	Só: 15	T.zs:8																																																
Cuk:0																																																		
Kcal: 873	F: 32	Zs:32																																																
Sz: 108	Só:13	T.zs: 5																																																
Cuk: 20																																																		

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

41. hét

2024.10.07– 2024.10.11

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																																											
EBÉD	Tojásleves	Lebbencsleves	Zöldségleves	Kenyérkocka leves	Hajdúsági pulykaleves																																																																											
	Bakonyi sertésragu Rövid csőtészta	Paprikás burgonya kolbásszal Csemege uborka	Ananászos csirkemell darabok Párolt rizs	Székelykáposzta	Mákos metélt Alma																																																																											
	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója ,tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: Tej, glutén, tojás, zeller, mustár																																																																											
	<table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>935</td><td>39</td><td>43</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>95</td><td>12</td><td>9</td></tr> <tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	935	39	43	Sz:	Só:	T.zs:	95	12	9	Cuk:0			<table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>1001</td><td>30</td><td>50</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>103</td><td>8,7</td><td>17</td></tr> <tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1001	30	50	Sz:	Só:	T.zs:	103	8,7	17	Cuk: 20			<table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>954</td><td>38</td><td>33</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>121</td><td>11</td><td>8</td></tr> <tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	954	38	33	Sz:	Só:	T.zs:	121	11	8	Cuk:0			<table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>774</td><td>29</td><td>41</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>64</td><td>15</td><td>11</td></tr> <tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	774	29	41	Sz:	Só:	T.zs:	64	15	11	Cuk:0			<table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>1386</td><td>51</td><td>45</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>190</td><td>10</td><td>9</td></tr> <tr><td>Cuk:30</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1386	51	45	Sz:	Só:	T.zs:	190	10	9	Cuk:30		
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
935	39	43																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
95	12	9																																																																														
Cuk:0																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
1001	30	50																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
103	8,7	17																																																																														
Cuk: 20																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
954	38	33																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
121	11	8																																																																														
Cuk:0																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
774	29	41																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
64	15	11																																																																														
Cuk:0																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
1386	51	45																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
190	10	9																																																																														
Cuk:30																																																																																

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek,

kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az élelmezésvezetőnél.

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk!

Összeállította: Csukáné Csőke Ibolya élelmezésvezető

Jóváhagyta: Csibi Lajos intézményvezető

SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

42. hét

2024.10.14.– 2024.10.18.

		Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																																																										
EBÉD		Tavaszi leves	Hamis gulyásleves	Sütőtök krémleves	Csabai burgonyaleves	Betyárleves																																																																																										
		Húsos carbonara	Kelkáposzta főzelék Vagdalt szelet	Szezámós rántott szelet Petrezselymes burgonya Cékla saláta	Csirkepörkölt Szarvacsksa tészta Gyümölcs	Tejbedara																																																																																										
	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: Tej, glutén, tojás	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár																																																																																											
	<table border="1" style="font-size: small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>894</td><td>38</td><td>31</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>113</td><td>13</td><td>11</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	894	38	31	Sz:	Só:	T.zs:	113	13	11	Cuk:			0			<table border="1" style="font-size: small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>730</td><td>33</td><td>27</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>85</td><td>14</td><td>5</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	730	33	27	Sz:	Só:	T.zs:	85	14	5	Cuk:			0			<table border="1" style="font-size: small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>1202</td><td>43</td><td>42</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>153</td><td>7,8</td><td>14</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>15</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1202	43	42	Sz:	Só:	T.zs:	153	7,8	14	Cuk:			15			<table border="1" style="font-size: small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>1002</td><td>47</td><td>34</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>124</td><td>10</td><td>3</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1002	47	34	Sz:	Só:	T.zs:	124	10	3	Cuk:			0			<table border="1" style="font-size: small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>771</td><td>38</td><td>23</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>96</td><td>10</td><td>7</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>22</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	771	38	23	Sz:	Só:	T.zs:	96	10	7	Cuk:			22			
Kcal:	F:	Zs:																																																																																														
894	38	31																																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																														
113	13	11																																																																																														
Cuk:																																																																																																
0																																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																																														
730	33	27																																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																														
85	14	5																																																																																														
Cuk:																																																																																																
0																																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																																														
1202	43	42																																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																														
153	7,8	14																																																																																														
Cuk:																																																																																																
15																																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																																														
1002	47	34																																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																														
124	10	3																																																																																														
Cuk:																																																																																																
0																																																																																																
Kcal:	F:	Zs:																																																																																														
771	38	23																																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																														
96	10	7																																																																																														
Cuk:																																																																																																
22																																																																																																

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

43. hét

2024.10.21. – 2024.10.25.

			Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek																																														
EBÉD				Galuskaleves		Zöldséges lencseleves				Almaleves		Egri húsleves																																													
				Pásztortarhonya		Paradicsommártás Húsgombóc				Rakott burgonya kolbásszal Cékla saláta		Burgonyás tészta Ivólé																																													
			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:293</td><td>F:10</td><td>Zs:8</td></tr> <tr><td>Sz:43</td><td>Só:5,1</td><td>T.zs:2</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>		Kcal:293	F:10	Zs:8	Sz:43	Só:5,1	T.zs:2	Cuk: 0			ALLERGÉN: Tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal: 877</td><td>F:38</td><td>Zs:24</td></tr> <tr><td>Sz:122</td><td>Só:7,7</td><td>T.zs:4</td></tr> <tr><td>Cuk: 30</td><td></td><td></td></tr> </table>		Kcal: 877	F:38	Zs:24	Sz:122	Só:7,7	T.zs:4	Cuk: 30			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <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: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:840</td><td>F:32</td><td>Zs:39</td></tr> <tr><td>Sz:100</td><td>Só:11</td><td>T.zs:16</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>		Kcal:840	F:32	Zs:39	Sz:100	Só:11	T.zs:16	Cuk: 0			ALLERGÉN: Tej, glutén, ,szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Kcal:951</td><td>F:33</td><td>Zs:25</td></tr> <tr><td>Sz:115</td><td>Só:13</td><td>T.zs:5</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>		Kcal:951	F:33	Zs:25	Sz:115	Só:13	T.zs:5	Cuk: 0		
Kcal:293	F:10	Zs:8																																																							
Sz:43	Só:5,1	T.zs:2																																																							
Cuk: 0																																																									
Kcal: 877	F:38	Zs:24																																																							
Sz:122	Só:7,7	T.zs:4																																																							
Cuk: 30																																																									
Kcal:	F:	Zs:																																																							
Sz:	Só:	T.zs:																																																							
Cuk:																																																									
Kcal:840	F:32	Zs:39																																																							
Sz:100	Só:11	T.zs:16																																																							
Cuk: 0																																																									
Kcal:951	F:33	Zs:25																																																							
Sz:115	Só:13	T.zs:5																																																							
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

44. hét

2024.10.28. – 2024.10.31.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Káposzta leves	Csontleves cérnametélt	Tejfölös burgonyaleves	Daragaluska leves																																														
	Csirkepaprikás Rövid csótészta Gyümölcs	Rakott karfiol	Nyitrai sertésszelet Párolt rizs Almapaprika	Tököfzelék Sertéspörkölt																																														
	ALLERGÉN: Tej, glutén ,szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal:992</td><td>F:43</td><td>Zs:36</td></tr> <tr><td>Sz:120</td><td>Só:12</td><td>T.zs:7</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:992	F:43	Zs:36	Sz:120	Só:12	T.zs:7	Cuk: 0			ALLERGÉN: Tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal:727</td><td>F:33</td><td>Zs:32</td></tr> <tr><td>Sz:87</td><td>Só:8,8</td><td>T.zs:12</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:727	F:33	Zs:32	Sz:87	Só:8,8	T.zs:12	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal:1288</td><td>F:46</td><td>Zs:42</td></tr> <tr><td>Sz:173</td><td>Só:11</td><td>T.zs:13</td></tr> <tr><td>Cuk: 10</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1288	F:46	Zs:42	Sz:173	Só:11	T.zs:13	Cuk: 10			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller ,mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal: 781</td><td>F:32</td><td>Zs:33</td></tr> <tr><td>Sz:83</td><td>Só:14</td><td>T.zs:9</td></tr> <tr><td>Cuk:10</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal: 781	F:32	Zs:33	Sz:83	Só:14	T.zs:9	Cuk:10			ALLERGÉN: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <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:		
Kcal:992	F:43	Zs:36																																																
Sz:120	Só:12	T.zs:7																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:727	F:33	Zs:32																																																
Sz:87	Só:8,8	T.zs:12																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1288	F:46	Zs:42																																																
Sz:173	Só:11	T.zs:13																																																
Cuk: 10																																																		
Kcal: 781	F:32	Zs:33																																																
Sz:83	Só:14	T.zs:9																																																
Cuk:10																																																		
Kcal:	F:	Zs:																																																
Sz:	Só:	T.zs:																																																
Cuk:																																																		

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