

SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

27. hét

2025.07.01. – 2025.07.04.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD		Tarhonyaleves	Paradicsomleves	Csontleves	Tejfölös zöldbableves																																													
		Rakott karfiol Gyümölcs	Göngyölt hús Párolt rizs	Bakonyi ragu sertés Rövidcső tészta	Csülökpörkölt Főtt burgonya Uborka saláta																																													
	ALLERGÉN <table><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><tr><td>Kcal:763</td><td>F:33</td><td>Zs: 31</td></tr><tr><td>Sz:99</td><td>Só: 9,8</td><td>T.zs:12</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:763	F:33	Zs: 31	Sz:99	Só: 9,8	T.zs:12	Cuk: 0			ALLERGÉNEK: tej, gluténl, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1187</td><td>F: 42</td><td>Zs: 40</td></tr><tr><td>Sz:159</td><td>Só: 6,8</td><td>T.zs: 6</td></tr><tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1187	F: 42	Zs: 40	Sz:159	Só: 6,8	T.zs: 6	Cuk: 20			ALLERGÉN: Tej, Glutén, Szója, Tojás, Zeller, Mustár <table><tr><td>Kcal:757</td><td>F:34</td><td>Zs: 28</td></tr><tr><td>Sz: 90</td><td>Só:15</td><td>T.zs:8</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:757	F:34	Zs: 28	Sz: 90	Só:15	T.zs:8	Cuk: 0			ALLERGÉNEK: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1006</td><td>F: 29</td><td>Zs: 51</td></tr><tr><td>Sz: 101</td><td>Só: 11</td><td>T.zs: 8</td></tr><tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1006	F: 29	Zs: 51	Sz: 101	Só: 11	T.zs: 8	Cuk: 20		
Kcal:	F:	Zs:																																																
Sz:	Só:	T.zs:																																																
Cuk:																																																		
Kcal:763	F:33	Zs: 31																																																
Sz:99	Só: 9,8	T.zs:12																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1187	F: 42	Zs: 40																																																
Sz:159	Só: 6,8	T.zs: 6																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:757	F:34	Zs: 28																																																
Sz: 90	Só:15	T.zs:8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1006	F: 29	Zs: 51																																																
Sz: 101	Só: 11	T.zs: 8																																																
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

28. hét

2025.07.07. – 2025.07.11.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Csabai burgonyaleves	Kenyérkocka leves	Szamócás almaleves	Káposztaleves	Frankfurti leves																																													
	Tökfőzelék Ripp-ropp	Hentestokány Tarhonyaköret	Rántott sertésszelet Sárgarépás rizs Csemege uborka	Bolognai spagetti	Grízesmetélt Gyümölcs																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:886</td><td>F:35</td><td>Zs: 41</td></tr><tr><td>Sz: 92</td><td>Só:14</td><td>T.zs: 6</td></tr><tr><td>Cuk: 10</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:886	F:35	Zs: 41	Sz: 92	Só:14	T.zs: 6	Cuk: 10			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:972</td><td>F: 39</td><td>Zs: 40</td></tr><tr><td>Sz: 110</td><td>Só: 13</td><td>T.zs:8</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:972	F: 39	Zs: 40	Sz: 110	Só: 13	T.zs:8	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1401</td><td>F: 46</td><td>Zs: 48</td></tr><tr><td>Sz: 192</td><td>Só:7,2</td><td>T.zs: 16</td></tr><tr><td>Cuk:30</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1401	F: 46	Zs: 48	Sz: 192	Só:7,2	T.zs: 16	Cuk:30			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár, <table><tr><td>Kcal: 842</td><td>F: 35</td><td>Zs: 26</td></tr><tr><td>Sz: 114</td><td>Só: 8,6</td><td>T.zs: 6</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal: 842	F: 35	Zs: 26	Sz: 114	Só: 8,6	T.zs: 6	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár, <table><tr><td>Kcal:1138</td><td>F:39</td><td>Zs:31</td></tr><tr><td>Sz:170</td><td>Só:10</td><td>T.zs:11</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1138	F:39	Zs:31	Sz:170	Só:10	T.zs:11	Cuk: 0		
Kcal:886	F:35	Zs: 41																																																
Sz: 92	Só:14	T.zs: 6																																																
Cuk: 10																																																		
Kcal:972	F: 39	Zs: 40																																																
Sz: 110	Só: 13	T.zs:8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1401	F: 46	Zs: 48																																																
Sz: 192	Só:7,2	T.zs: 16																																																
Cuk:30																																																		
Kcal: 842	F: 35	Zs: 26																																																
Sz: 114	Só: 8,6	T.zs: 6																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1138	F:39	Zs:31																																																
Sz:170	Só:10	T.zs:11																																																
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

29. hét

2025. 07. 14. – 2025. 07. 18.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Sertésraguleves	Tavaszi leves	Almaleves	Daragaluska-leves	Pirított tésztaleves																																													
	Cserászka Csemege uborka	Paradicsomos káposztafőzelék Vagdalt pogácsa	Rántott halfilé Petrezselymes burgonya Bajor saláta	Pirított sertésmáj Párolt rizs Gyümölcs	Vadas apróhús Makaróni tészta durum																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:916</td><td>F:37</td><td>Zs:34</td></tr><tr><td>Sz:127</td><td>Só:13</td><td>T.zs:7</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:916	F:37	Zs:34	Sz:127	Só:13	T.zs:7	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, szója, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:896</td><td>F:33</td><td>Zs:40</td></tr><tr><td>Sz:95</td><td>Só:14</td><td>T.zs:10</td></tr><tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:896	F:33	Zs:40	Sz:95	Só:14	T.zs:10	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, hal, tojás <table><tr><td>Kcal:1182</td><td>F:57</td><td>Zs:34</td></tr><tr><td>Sz:153</td><td>Só:8,9</td><td>T.zs:16</td></tr><tr><td>Cuk:26</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1182	F:57	Zs:34	Sz:153	Só:8,9	T.zs:16	Cuk:26			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1120</td><td>F:38</td><td>Zs:40</td></tr><tr><td>Sz:138</td><td>Só:9,0</td><td>T.zs:7</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1120	F:38	Zs:40	Sz:138	Só:9,0	T.zs:7	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:932</td><td>F:38</td><td>Zs:32</td></tr><tr><td>Sz:119</td><td>Só:9</td><td>T.zs:9</td></tr><tr><td>Cuk:8</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:932	F:38	Zs:32	Sz:119	Só:9	T.zs:9	Cuk:8		
Kcal:916	F:37	Zs:34																																																
Sz:127	Só:13	T.zs:7																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:896	F:33	Zs:40																																																
Sz:95	Só:14	T.zs:10																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:1182	F:57	Zs:34																																																
Sz:153	Só:8,9	T.zs:16																																																
Cuk:26																																																		
Kcal:1120	F:38	Zs:40																																																
Sz:138	Só:9,0	T.zs:7																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:932	F:38	Zs:32																																																
Sz:119	Só:9	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

2025.07.21. – 2025.07.25.

30. hét

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Zöldséges karalábéleves	Lebbencsleves	Sóska leves	Húsgombóc leves	Hamisgulyás leves																																													
	Paradicsommártás Húsgombóc sertéshúsból	Póréhagymás apróhús csirke Párolt rizs	Pusztapörkölt Kovászos uborka	Mákos metélt Alma	Csirkepaprikás Rövidcső tészta																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:726</td><td>F:28</td><td>Zs:21</td></tr><tr><td>Sz:104</td><td>Só: 10</td><td>T.zs: 4</td></tr><tr><td>Cuk: 30</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:726	F:28	Zs:21	Sz:104	Só: 10	T.zs: 4	Cuk: 30			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:884</td><td>F:38</td><td>Zs:31</td></tr><tr><td>Sz: 104</td><td>Só: 8,1</td><td>T.zs: 8</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:884	F:38	Zs:31	Sz: 104	Só: 8,1	T.zs: 8	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:843</td><td>F:35</td><td>Zs:27</td></tr><tr><td>Sz:111</td><td>Só: 11</td><td>T.zs: 9</td></tr><tr><td>Cuk: 35</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:843	F:35	Zs:27	Sz:111	Só: 11	T.zs: 9	Cuk: 35			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1089</td><td>F:39</td><td>Zs:29</td></tr><tr><td>Sz:163</td><td>Só: 3,5</td><td>T.zs: 3</td></tr><tr><td>Cuk: 30</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1089	F:39	Zs:29	Sz:163	Só: 3,5	T.zs: 3	Cuk: 30			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár, <table><tr><td>Kcal:1059</td><td>F:45</td><td>Zs:37</td></tr><tr><td>Sz: 130</td><td>Só: 12</td><td>T.zs: 7</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1059	F:45	Zs:37	Sz: 130	Só: 12	T.zs: 7	Cuk: 0		
Kcal:726	F:28	Zs:21																																																
Sz:104	Só: 10	T.zs: 4																																																
Cuk: 30																																																		
Kcal:884	F:38	Zs:31																																																
Sz: 104	Só: 8,1	T.zs: 8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:843	F:35	Zs:27																																																
Sz:111	Só: 11	T.zs: 9																																																
Cuk: 35																																																		
Kcal:1089	F:39	Zs:29																																																
Sz:163	Só: 3,5	T.zs: 3																																																
Cuk: 30																																																		
Kcal:1059	F:45	Zs:37																																																
Sz: 130	Só: 12	T.zs: 7																																																
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

31. hét

2025.07.28. – 2025.07.31.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
EBÉD	Olasz zöldségleves	Sárgaborsóleves	Vegyes gyümölcsleves	Mészáros leves	
	Szárazbab főzelék Csirkepörkölt	Mexikói apróhús Szarvacska tészta durum Gyümölcs	Mustáros sertésszelet Burgonyapüré Almapaprika	Burgonyás tészta Kovászos uborka	
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN:
	Kcal:1011F:51Zs:36	Kcal:1202F:55Zs:30	Kcal:881F:36Zs:26	Kcal:742F:31Zs:18	Kcal:F:Zs:
	Sz: 117Só:10T.zs: 6	Sz: 173Só:8,1T.zs: 4	Sz:120Só:8,0T.zs:12	Sz: 112Só:13T.zs3	Sz:Só:T.zs:
	Cuk:10	Cuk: 0	Cuk: 20	Cuk: 0	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