

SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

45. hét

2025. 11. 03. – 2025. 11. 07.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Tojásleves	Májgombóclevés	Brokkoli krémleves	Meggyleves	Zöldségleves																																													
	Sárgaborsófőzelék Ripp-Ropp	Túrós tészta	Párizsi sertésszelet Párolt rizs Bajor saláta	Rakott burgonya kolbásszal	Csülökpörkölt Sós burgonya																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal: 945</td><td>F: 47</td><td>Zs: 37</td></tr><tr><td>Sz: 101</td><td>Só: 11</td><td>T.zs:2</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal: 945	F: 47	Zs: 37	Sz: 101	Só: 11	T.zs:2	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1002</td><td>F: 49</td><td>Zs:61</td></tr><tr><td>Sz: 106</td><td>Só: 19</td><td>T.zs:22</td></tr><tr><td>Cuk:0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1002	F: 49	Zs:61	Sz: 106	Só: 19	T.zs:22	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1185</td><td>F:45</td><td>Zs:40</td></tr><tr><td>Sz:156</td><td>Só:13</td><td>T.zs: 13</td></tr><tr><td>Cuk:6</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1185	F:45	Zs:40	Sz:156	Só:13	T.zs: 13	Cuk:6			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1002</td><td>F: 29</td><td>Zs: 38</td></tr><tr><td>Sz: 130</td><td>Só: 7,8</td><td>T.zs:18</td></tr><tr><td>Cuk: 30</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1002	F: 29	Zs: 38	Sz: 130	Só: 7,8	T.zs:18	Cuk: 30			ALLERGÉNEK: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:840</td><td>F: 27</td><td>Zs:43</td></tr><tr><td>Sz: 81</td><td>Só:9,0</td><td>T.zs: 2</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:840	F: 27	Zs:43	Sz: 81	Só:9,0	T.zs: 2	Cuk: 0		
Kcal: 945	F: 47	Zs: 37																																																
Sz: 101	Só: 11	T.zs:2																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1002	F: 49	Zs:61																																																
Sz: 106	Só: 19	T.zs:22																																																
Cuk:0																																																		
Kcal:1185	F:45	Zs:40																																																
Sz:156	Só:13	T.zs: 13																																																
Cuk:6																																																		
Kcal:1002	F: 29	Zs: 38																																																
Sz: 130	Só: 7,8	T.zs:18																																																
Cuk: 30																																																		
Kcal:840	F: 27	Zs:43																																																
Sz: 81	Só:9,0	T.zs: 2																																																
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															
2025. 11. 10. – 2025. 11. 14.															
46. hét															
	Hétfő			Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek					
EBÉD	Vegyes gyümölcsleves			Kenyérkocka leves		Toszkán paradicsomleves		Daragaluska leves		Zöldségleves					
	Tarhonyáshús Cékla saláta			Szárazbabfőzelék Vagdalt pogácsa		Budapest sertésszelet Petrezselymes rizs		Csirkepaprikás Szarvacska tészta Gyümölcs		Rakott karfiol					
	ALLERGÉN: tej, glutén, 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, szója, tojás, zeller, mustár					
	Kcal:1027	F:41	Zs:34	Kcal:1158	F:46	Zs:46	Kcal:1019	F:38	Zs:32	Kcal:1011	F:45	Zs:31	Kcal:729	F:31	Zs:32
	Sz: 135	Só:10	T.zs:11	Sz: 133	Só:11	T.zs:13	Sz: 140	Só:10	T.zs:5	Sz: 132	Só:11	T.zs:7	Sz:75	Só:9,9	T.zs:10
	Cuk:20			Cuk: 10			Cuk:20			Cuk: 0			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

47. hét

2025. 11. 17. – 2025. 11. 21.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Gulyásleves	Csirkeragu leves	Szilvaleves	Reszelt tészta leves	Magyaros burgonyaleves																																													
	Tejbedara	Káposztás kocka	Rántott halfilé Angol köret	Erdélyi rakott káposzta	Vadas apróhús Makaróni																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:824</td><td>F:39</td><td>Zs:25</td></tr><tr><td>Sz:106</td><td>Só:11</td><td>T.zs:7</td></tr><tr><td>Cuk: 22</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:824	F:39	Zs:25	Sz:106	Só:11	T.zs:7	Cuk: 22			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:823</td><td>F:35</td><td>Zs:27</td></tr><tr><td>Sz:105</td><td>Só:11</td><td>T.zs:3</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:823	F:35	Zs:27	Sz:105	Só:11	T.zs:3	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, hal, tojás <table><tr><td>Kcal:1482</td><td>F:60</td><td>Zs:57</td></tr><tr><td>Sz:176</td><td>Só:9,4</td><td>T.zs:21</td></tr><tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1482	F:60	Zs:57	Sz:176	Só:9,4	T.zs:21	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:751</td><td>F:28</td><td>Zs:32</td></tr><tr><td>Sz:78</td><td>Só:12</td><td>T.zs:8</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:751	F:28	Zs:32	Sz:78	Só:12	T.zs:8	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table><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		
Kcal:824	F:39	Zs:25																																																
Sz:106	Só:11	T.zs:7																																																
Cuk: 22																																																		
Kcal:823	F:35	Zs:27																																																
Sz:105	Só:11	T.zs:3																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1482	F:60	Zs:57																																																
Sz:176	Só:9,4	T.zs:21																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:751	F:28	Zs:32																																																
Sz:78	Só:12	T.zs:8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1070	F:40	Zs:39																																																
Sz:135	Só:8,3	T.zs:10																																																
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

48. hét

2025. 11. 24. – 2025. 11. 28.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Lebbencsleves	Tárkonyos csirkeragu leves	Őszibarack leves	Csontleves	Zöldségleves																																													
	Parasztkáposzta	Grízes metélt	Rántott csirkemell Párolt rizs Csemege uborka	Lecsós csirkemáj Tarhonya	Sült csirke Burgonyapüré Csemege uborka																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:224</td><td>F:9</td><td>Zs:9</td></tr><tr><td>Sz:41</td><td>Só:5,0</td><td>T.zs:3</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:224	F:9	Zs:9	Sz:41	Só:5,0	T.zs:3	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller <table><tr><td>Kcal:1322</td><td>F:50</td><td>Zs:41</td></tr><tr><td>Sz:185</td><td>Só:7,3</td><td>T.zs:9</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1322	F:50	Zs:41	Sz:185	Só:7,3	T.zs:9	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:1277</td><td>F:46</td><td>Zs:36</td></tr><tr><td>Sz:201</td><td>Só:6,2</td><td>T.zs:13</td></tr><tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:1277	F:46	Zs:36	Sz:201	Só:6,2	T.zs:13	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:779</td><td>F:43</td><td>Zs:27</td></tr><tr><td>Sz:92</td><td>Só:14</td><td>T.zs:4</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:779	F:43	Zs:27	Sz:92	Só:14	T.zs:4	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table><tr><td>Kcal:774</td><td>F:47</td><td>Zs:26</td></tr><tr><td>Sz:83</td><td>Só:9,5</td><td>T.zs:6</td></tr><tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr></table>	Kcal:774	F:47	Zs:26	Sz:83	Só:9,5	T.zs:6	Cuk: 0		
Kcal:224	F:9	Zs:9																																																
Sz:41	Só:5,0	T.zs:3																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1322	F:50	Zs:41																																																
Sz:185	Só:7,3	T.zs:9																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1277	F:46	Zs:36																																																
Sz:201	Só:6,2	T.zs:13																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:779	F:43	Zs:27																																																
Sz:92	Só:14	T.zs:4																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:774	F:47	Zs:26																																																
Sz:83	Só:9,5	T.zs:6																																																
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