

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

26. hét

2022. 07. 01-től – 2022. 07. 01-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																			
<b>EBÉD</b>					Rántott burgonyaleves																																																			
					Zúza pörkölt tarhonyával																																																			
	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, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>1117</td><td>49</td><td>42</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>131</td><td>13</td><td>9</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td>10</td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1117	49	42	Sz:	Só:	T.zs:	131	13	9	Cuk:	10	
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:	F:	Zs:																																																						
1117	49	42																																																						
Sz:	Só:	T.zs:																																																						
131	13	9																																																						
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

27. hét

2022. 07. 04-től – 2022. 07. 08-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																																											
<b>EBÉD</b>	Lebbencsleves	Mészáros leves	Paradicsomleves	Daragaluskaleves	Csontleves																																																																											
	Bácskai rizses hús	Lekváros derelye	Göngyölt hús burgonyapürével	Csirkepörkölt finomfőzelékkel	Csülökpörkölt főtt burgonyával Uborka																																																																											
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <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>911</td><td>37</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>8</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td>0</td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	911	37	34	Sz:	Só:	T.zs:	124	10	8	Cuk:	0		ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <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>890</td><td>30</td><td>10</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>150</td><td>8,0</td><td>2</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td>15</td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	890	30	10	Sz:	Só:	T.zs:	150	8,0	2	Cuk:	15		ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <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>1061</td><td>42</td><td>38</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>131</td><td>7,3</td><td>7</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td>20</td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1061	42	38	Sz:	Só:	T.zs:	131	7,3	7	Cuk:	20		ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <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>965</td><td>42</td><td>38</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>108</td><td>12</td><td>10</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td>15</td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	965	42	38	Sz:	Só:	T.zs:	108	12	10	Cuk:	15		ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <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>670</td><td>23</td><td>34</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>63</td><td>12</td><td>1</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td>0</td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	670	23	34	Sz:	Só:	T.zs:	63	12	1	Cuk:	0	
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
911	37	34																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
124	10	8																																																																														
Cuk:	0																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
890	30	10																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
150	8,0	2																																																																														
Cuk:	15																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
1061	42	38																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
131	7,3	7																																																																														
Cuk:	20																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
965	42	38																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
108	12	10																																																																														
Cuk:	15																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																														
670	23	34																																																																														
Sz:	Só:	T.zs:																																																																														
63	12	1																																																																														
Cuk:	0																																																																															

Az itt megjelöltallergén 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

2022. 07.11-től – 2022. 07. 15-ig

SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP															
28. hét															
2022. 07.11-től – 2022. 07. 15-ig			Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek				
<b>EBÉD</b>	Tarhonyaleves			Zöldségleves			Meggyleves			Kenyérkockaleves			Gulyásleves		
	Töltött paprika			Paprikás burgonya kolbásszal Uborkasaláta			Bolognai spagetti			Pásztortarhonya Almalé			Grízemetélt		
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, szója, tojás, zeller, mustár			
Kcal: 767	F: 30	Zs: 23	Kcal: 1089	F: 30	Zs: 50	Kcal: 842	F: 35	Zs: 26	Kcal: 255	F: 5	Zs: 11	Kcal: 1107	F: 40	Zs: 29	
Sz: 123	Só: 10	T.zs: 6	Sz: 125	Só: 9,7	T.zs: 17	Sz: 114	Só: 8,6	T.zs: 6	Sz: 33	Só: 6,0	T.zs: 1	Sz: 168	Só: 9,4	T.zs: 5	
Cuk: 30			Cuk: 30			Cuk: 0			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

29. hét

2022. 07. 18-tól – 2022. 07. 22-ig

		Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																																																									
<b>EBÉD</b>		Egri húsleves	Tavaszi leves	Szilvaleves	Pírtott tésztaleves	Galuskaleves																																																																																									
		Barackos piskóta	Bazsalikomos csirkemáj párolt rizszel	Rántott halfilé petrezselymes burgonyával	Vadas apróhús makaróni tésztával	Paprikás rácbab																																																																																									
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, hal, tojás	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár																																																																																										
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>577</td><td>26</td><td>28</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>69</td><td>8,3</td><td>6</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>17</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	577	26	28	Sz:	Só:	T.zs:	69	8,3	6	Cuk:			17			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>990</td><td>42</td><td>40</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>110</td><td>9,4</td><td>6</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	990	42	40	Sz:	Só:	T.zs:	110	9,4	6	Cuk:			0			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>1039</td><td>56</td><td>26</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>140</td><td>6,8</td><td>15</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	1039	56	26	Sz:	Só:	T.zs:	140	6,8	15	Cuk:			20			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>932</td><td>38</td><td>32</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>119</td><td>9,0</td><td>9</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	932	38	32	Sz:	Só:	T.zs:	119	9,0	9	Cuk:			8			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <tr><td>Kcal:</td><td>F:</td><td>Zs:</td></tr> <tr><td>862</td><td>39</td><td>34</td></tr> <tr><td>Sz:</td><td>Só:</td><td>T.zs:</td></tr> <tr><td>96</td><td>13</td><td>11</td></tr> <tr><td>Cuk:</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>10</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:	F:	Zs:	862	39	34	Sz:	Só:	T.zs:	96	13	11	Cuk:			10		
Kcal:	F:	Zs:																																																																																													
577	26	28																																																																																													
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																													
69	8,3	6																																																																																													
Cuk:																																																																																															
17																																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																																													
990	42	40																																																																																													
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																													
110	9,4	6																																																																																													
Cuk:																																																																																															
0																																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																																													
1039	56	26																																																																																													
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																													
140	6,8	15																																																																																													
Cuk:																																																																																															
20																																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																																													
932	38	32																																																																																													
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																													
119	9,0	9																																																																																													
Cuk:																																																																																															
8																																																																																															
Kcal:	F:	Zs:																																																																																													
862	39	34																																																																																													
Sz:	Só:	T.zs:																																																																																													
96	13	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

## SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

30. hét

2022. 07. 25-től – 2022. 07. 29-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Reszelttészta leves	Májgombóclevés	Tejfölös karfiollevés	Toszkán paradicsomlevés	Zöldséglevés																																													
	Csirkepörkölt burgonyafőzelékkel	Cserászka Cseresznye	Pusztapörkölt	Sült csirke petrezselymes rizzsel	Árpagyöngyös káposzta																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal: 1018</td> <td>F: 49</td> <td>Zs: 39</td> </tr> <tr> <td>Sz: 114</td> <td>Só: 10</td> <td>T.zs: 10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 1018	F: 49	Zs: 39	Sz: 114	Só: 10	T.zs: 10	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal: 887</td> <td>F: 35</td> <td>Zs: 31</td> </tr> <tr> <td>Sz: 128</td> <td>Só: 14</td> <td>T.zs: 8</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 887	F: 35	Zs: 31	Sz: 128	Só: 14	T.zs: 8	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal: 753</td> <td>F: 34</td> <td>Zs: 34</td> </tr> <tr> <td>Sz: 73</td> <td>Só: 12</td> <td>T.zs: 11</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 753	F: 34	Zs: 34	Sz: 73	Só: 12	T.zs: 11	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal: 1003</td> <td>F: 47</td> <td>Zs: 30</td> </tr> <tr> <td>Sz: 132</td> <td>Só: 8,1</td> <td>T.zs: 5</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 1003	F: 47	Zs: 30	Sz: 132	Só: 8,1	T.zs: 5	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td>Kcal: 729</td> <td>F: 30</td> <td>Zs: 32</td> </tr> <tr> <td>Sz: 57</td> <td>Só: 13</td> <td>T.zs: 5</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 729	F: 30	Zs: 32	Sz: 57	Só: 13	T.zs: 5	Cuk: 0		
Kcal: 1018	F: 49	Zs: 39																																																
Sz: 114	Só: 10	T.zs: 10																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal: 887	F: 35	Zs: 31																																																
Sz: 128	Só: 14	T.zs: 8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 753	F: 34	Zs: 34																																																
Sz: 73	Só: 12	T.zs: 11																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal: 1003	F: 47	Zs: 30																																																
Sz: 132	Só: 8,1	T.zs: 5																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal: 729	F: 30	Zs: 32																																																
Sz: 57	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