

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

45. hét

2024. 11. 04. – 2024. 11. 08.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Vegyes gyümölcsleves	Zöldségleves	Magyaros burgonyaleves	Frankfurti leves	Liba leves																																													
	Bolognai spagetti	Erdélyi rakott káposzta Gyümölcs	Temesvári apróhús Párolt rizs Csemege uborka	Mákos metélt	Tarhonyáshús Cékla saláta																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal: 952</td> <td>F: 35</td> <td>Zs: 25</td> </tr> <tr> <td>Sz: 144</td> <td>Só: 5,5</td> <td>T.zs:11</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal: 952	F: 35	Zs: 25	Sz: 144	Só: 5,5	T.zs:11	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:797</td> <td>F: 29</td> <td>Zs:312</td> </tr> <tr> <td>Sz: 88</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs:8</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:797	F: 29	Zs:312	Sz: 88	Só:13	T.zs:8	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1154</td> <td>F:37</td> <td>Zs:48</td> </tr> <tr> <td>Sz:137</td> <td>Só8,6</td> <td>T.zs: 11</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1154	F:37	Zs:48	Sz:137	Só8,6	T.zs: 11	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kc1080</td> <td>F: 41</td> <td>Zs: 41</td> </tr> <tr> <td>Sz: 133</td> <td>Só: 10</td> <td>T.zs:11</td> </tr> <tr> <td>Cuk:30</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kc1080	F: 41	Zs: 41	Sz: 133	Só: 10	T.zs:11	Cuk:30			ALLERGÉNEK: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:934</td> <td>F: 45</td> <td>Zs:30</td> </tr> <tr> <td>Sz: 116</td> <td>Só: 14</td> <td>T.zs: 6</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:934	F: 45	Zs:30	Sz: 116	Só: 14	T.zs: 6	Cuk: 0		
Kcal: 952	F: 35	Zs: 25																																																
Sz: 144	Só: 5,5	T.zs:11																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:797	F: 29	Zs:312																																																
Sz: 88	Só:13	T.zs:8																																																
Cuk:0																																																		
Kcal:1154	F:37	Zs:48																																																
Sz:137	Só8,6	T.zs: 11																																																
Cuk:0																																																		
Kc1080	F: 41	Zs: 41																																																
Sz: 133	Só: 10	T.zs:11																																																
Cuk:30																																																		
Kcal:934	F: 45	Zs:30																																																
Sz: 116	Só: 14	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

# SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

46. hét

2024. 11. 11. – 2024. 11. 15.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Lebbencsleves	Zöldborsóleves	Brokkoli krémleves	Daragaluska leves	Korhelyleves																																													
	Rakott karfiol	Túrós metélt Gyümölcs	Nyitrai sertésszelet Petrezselymes burgonya Bajor saláta	Borsostokány Paradicsomos káposztafőzelék	Csülökpörkölt Sós burgonya Csemege uborka																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <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"> <tr> <td>Kcal:769</td> <td>F:34</td> <td>Zs:21</td> </tr> <tr> <td>Sz: 120</td> <td>Só:8,1</td> <td>T.zs:13</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:769	F:34	Zs:21	Sz: 120	Só:8,1	T.zs:13	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1052</td> <td>F:45</td> <td>Zs:37</td> </tr> <tr> <td>Sz: 130</td> <td>Só:15</td> <td>T.zs:11</td> </tr> <tr> <td>Cuk:6</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1052	F:45	Zs:37	Sz: 130	Só:15	T.zs:11	Cuk:6			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:817</td> <td>F:33</td> <td>Zs:31</td> </tr> <tr> <td>Sz: 94</td> <td>Só:12</td> <td>T.zs:6</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:817	F:33	Zs:31	Sz: 94	Só:12	T.zs:6	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1074</td> <td>F:40</td> <td>Zs:64</td> </tr> <tr> <td>Sz:75</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs:9</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1074	F:40	Zs:64	Sz:75	Só:13	T.zs:9	Cuk:0		
Kcal:727	F:33	Zs:32																																																
Sz: 87	Só:8,8	T.zs:12																																																
Cuk:0																																																		
Kcal:769	F:34	Zs:21																																																
Sz: 120	Só:8,1	T.zs:13																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1052	F:45	Zs:37																																																
Sz: 130	Só:15	T.zs:11																																																
Cuk:6																																																		
Kcal:817	F:33	Zs:31																																																
Sz: 94	Só:12	T.zs:6																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:1074	F:40	Zs:64																																																
Sz:75	Só:13	T.zs:9																																																
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

2024. 11. 18. – 2024. 11. 22.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Széchenyi leves	Kenyérkocka leves	Toszkán paradicsom leves	Májgombóc leves	Gulyásleves																																													
	Debreceni sertéstokány Copfocska tészta	Rakott burgonya kolbással Csemege uborka	Budapest sertésszelet Petrezselymes rizs	Sárgaborsó főzelék Sertéspörkölt Alma	Aranygaluska Vanília sodó																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1091</td> <td>F:42</td> <td>Zs:46</td> </tr> <tr> <td>Sz:53</td> <td>Só:17</td> <td>T.zs:9</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1091	F:42	Zs:46	Sz:53	Só:17	T.zs:9	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:888</td> <td>F:30</td> <td>Zs:41</td> </tr> <tr> <td>Sz:94</td> <td>Só:9,6</td> <td>T.zs:13</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:888	F:30	Zs:41	Sz:94	Só:9,6	T.zs:13	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1019</td> <td>F:38</td> <td>Zs:32</td> </tr> <tr> <td>Sz:140</td> <td>Só:10</td> <td>T.zs:5</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1019	F:38	Zs:32	Sz:140	Só:10	T.zs:5	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1130</td> <td>F:58</td> <td>Zs:37</td> </tr> <tr> <td>Sz:131</td> <td>Só:15</td> <td>T.zs:7</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1130	F:58	Zs:37	Sz:131	Só:15	T.zs:7	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1412</td> <td>F:46</td> <td>Zs:32</td> </tr> <tr> <td>Sz:207</td> <td>Só:7,8</td> <td>T.zs:7</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 74</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1412	F:46	Zs:32	Sz:207	Só:7,8	T.zs:7	Cuk: 74		
Kcal:1091	F:42	Zs:46																																																
Sz:53	Só:17	T.zs:9																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:888	F:30	Zs:41																																																
Sz:94	Só:9,6	T.zs:13																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1019	F:38	Zs:32																																																
Sz:140	Só:10	T.zs:5																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:1130	F:58	Zs:37																																																
Sz:131	Só:15	T.zs:7																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1412	F:46	Zs:32																																																
Sz:207	Só:7,8	T.zs:7																																																
Cuk: 74																																																		

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

2024. 11. 25. – 2024. 11. 29.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
<b>EBÉD</b>	Zöldséges kelbimbó leves	Egri húsleves	Kertészleves	Tejfölös zöldbableves	Tojás leves																																													
	Mexikói apróhús Párolt rizs	Káposztás kocka Gyümölcs	Rántott halfilé Angol köret	Lecsós csirkemáj Sós burgonya Csemege uborka	Vadas apróhús Makaróni tészta Gyümölcs																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:944</td> <td>F:36</td> <td>Zs:34</td> </tr> <tr> <td>Sz:119</td> <td>Só:8,2</td> <td>T.zs:4</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:944	F:36	Zs:34	Sz:119	Só:8,2	T.zs:4	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:828</td> <td>F:37</td> <td>Zs:28</td> </tr> <tr> <td>Sz:123</td> <td>Só:12</td> <td>T.zs:5</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:828	F:37	Zs:28	Sz:123	Só:12	T.zs:5	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, hal, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1450</td> <td>F:62</td> <td>Zs:60</td> </tr> <tr> <td>Sz:156</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs:16</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1450	F:62	Zs:60	Sz:156	Só:13	T.zs:16	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:901</td> <td>F:42</td> <td>Zs:33</td> </tr> <tr> <td>Sz:107</td> <td>Só:8,1</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:901	F:42	Zs:33	Sz:107	Só:8,1	T.zs:10	Cuk: 20			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:993</td> <td>F:42</td> <td>Zs:38</td> </tr> <tr> <td>Sz:118</td> <td>Só:8,3</td> <td>T.zs:9</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 8</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:993	F:42	Zs:38	Sz:118	Só:8,3	T.zs:9	Cuk: 8		
Kcal:944	F:36	Zs:34																																																
Sz:119	Só:8,2	T.zs:4																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:828	F:37	Zs:28																																																
Sz:123	Só:12	T.zs:5																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1450	F:62	Zs:60																																																
Sz:156	Só:13	T.zs:16																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:901	F:42	Zs:33																																																
Sz:107	Só:8,1	T.zs:10																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:993	F:42	Zs:38																																																
Sz:118	Só:8,3	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