

SZOCIÁLIS KONYHA ÉTLAP

10. hét

2025.03.03. – 2025.03.07.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Csirkeraguleves	Tejfölös karalábéleves	Olasz zöldségleves	Vegyes gyümölcsleves	Tavaszi leves																																													
	Cserászka Gyümölcs	Pásztortarhonya Vegyesvágott	Szatmári rakott burgonya	Sült csirke Zöldséges rizs	Párolt hús Paradicsomos káposztafőzelék																																													
	<p>ALLERGÉN: Tej, Glutén, Szója, Tojás, Zeller, Mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:972</td> <td>F:38</td> <td>Zs: 35</td> </tr> <tr> <td>Sz: 137</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs:6</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:972	F:38	Zs: 35	Sz: 137	Só:13	T.zs:6	Cuk:0			<p>ALLERGÉNEK: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:288</td> <td>F: 9</td> <td>Zs: 14</td> </tr> <tr> <td>Sz: 29</td> <td>Só: 7,9</td> <td>T.zs:8</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:288	F: 9	Zs: 14	Sz: 29	Só: 7,9	T.zs:8	Cuk: 0			<p>ALLERGÉNEK: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:822</td> <td>F: 34</td> <td>Zs: 37</td> </tr> <tr> <td>Sz: 84</td> <td>Só: 8,4</td> <td>T.zs: 8</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:822	F: 34	Zs: 37	Sz: 84	Só: 8,4	T.zs: 8	Cuk: 0			<p>ALLERGÉN: Tej, Glutén, Szója, Tojás, Zeller, Mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1230</td> <td>F:53</td> <td>Zs: 42</td> </tr> <tr> <td>Sz: 152</td> <td>Só:6,8</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1230	F:53	Zs: 42	Sz: 152	Só:6,8	T.zs:10	Cuk: 20			<p>ALLERGÉNEK: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár</p> <table border="1"> <tr> <td>Kcal:756</td> <td>F: 33</td> <td>Zs: 32</td> </tr> <tr> <td>Sz: 81</td> <td>Só: 14</td> <td>T.zs: 6</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 20</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:756	F: 33	Zs: 32	Sz: 81	Só: 14	T.zs: 6	Cuk: 20		
Kcal:972	F:38	Zs: 35																																																
Sz: 137	Só:13	T.zs:6																																																
Cuk:0																																																		
Kcal:288	F: 9	Zs: 14																																																
Sz: 29	Só: 7,9	T.zs:8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:822	F: 34	Zs: 37																																																
Sz: 84	Só: 8,4	T.zs: 8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:1230	F:53	Zs: 42																																																
Sz: 152	Só:6,8	T.zs:10																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:756	F: 33	Zs: 32																																																
Sz: 81	Só: 14	T.zs: 6																																																
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

11. hét

2025.03.10. – 2025.03.14.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Sóskaleves	Frankfurti leves	Kenyérkockaleves	Reszelttészta leves	Lencsegulyás																																													
	Tavaszi rizseshús	Grízemetélt Gyümölcs	Berlini szelet Burgonyapüré	Erdélyi rakott káposzta	Kakaós csiga																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:886</td> <td>F: 33</td> <td>Zs: 128</td> </tr> <tr> <td>Sz: 8,5</td> <td>Só:8</td> <td>T.zs: 35</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 35</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:886	F: 33	Zs: 128	Sz: 8,5	Só:8	T.zs: 35	Cuk: 35			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <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			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:881</td> <td>F: 39</td> <td>Zs: 38</td> </tr> <tr> <td>Sz: 91</td> <td>Só:11</td> <td>T.zs: 7</td> </tr> <tr> <td>Cuk:0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:881	F: 39	Zs: 38	Sz: 91	Só:11	T.zs: 7	Cuk:0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár, <table border="1"> <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 border="1"> <tr> <td>Kcal:941</td> <td>F:39</td> <td>Zs:28</td> </tr> <tr> <td>Sz:128</td> <td>Só:7,6</td> <td>T.zs:14</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:941	F:39	Zs:28	Sz:128	Só:7,6	T.zs:14	Cuk: 0		
Kcal:886	F: 33	Zs: 128																																																
Sz: 8,5	Só:8	T.zs: 35																																																
Cuk: 35																																																		
Kcal:1138	F: 39	Zs: 31																																																
Sz: 170	Só: 10	T.zs:11																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:881	F: 39	Zs: 38																																																
Sz: 91	Só:11	T.zs: 7																																																
Cuk:0																																																		
Kcal: 751	F: 28	Zs: 32																																																
Sz: 78	Só: 12	T.zs: 8																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:941	F:39	Zs:28																																																
Sz:128	Só:7,6	T.zs:14																																																
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

12. hét

2025. 03. 17. – 2025. 03. 21.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Lebbencsleves	Mészáros leves	Paradicsomleves	Májgombóc leves	Hamis gulyásleves																																													
	Grill virsli Burgonyafőzelék	Rakott tészta	Laci pecsenye Főtt burgonya Párolt káposzta	Rakott karfiol	Rácbab paprikás Gyümölcs																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:997</td> <td>F:33</td> <td>Zs:47</td> </tr> <tr> <td>Sz:119</td> <td>Só:12</td> <td>T.zs:16</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 10</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:997	F:33	Zs:47	Sz:119	Só:12	T.zs:16	Cuk: 10			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, szója, zeller, mustár, dióféle <table border="1"> <tr> <td>Kcal:980</td> <td>F:34</td> <td>Zs:15</td> </tr> <tr> <td>Sz:147</td> <td>Só:8,2</td> <td>T.zs:3</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 12</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:980	F:34	Zs:15	Sz:147	Só:8,2	T.zs:3	Cuk: 12			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:914</td> <td>F:34</td> <td>Zs:39</td> </tr> <tr> <td>Sz:101</td> <td>Só:13</td> <td>T.zs:6</td> </tr> <tr> <td>Cuk:26</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:914	F:34	Zs:39	Sz:101	Só:13	T.zs:6	Cuk:26			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:1035</td> <td>F:52</td> <td>Zs:37</td> </tr> <tr> <td>Sz:45</td> <td>Só:17</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk: 0</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:1035	F:52	Zs:37	Sz:45	Só:17	T.zs:10	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1"> <tr> <td>Kcal:972</td> <td>F:39</td> <td>Zs:36</td> </tr> <tr> <td>Sz:117</td> <td>Só:14</td> <td>T.zs:10</td> </tr> <tr> <td>Cuk:10</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Kcal:972	F:39	Zs:36	Sz:117	Só:14	T.zs:10	Cuk:10		
Kcal:997	F:33	Zs:47																																																
Sz:119	Só:12	T.zs:16																																																
Cuk: 10																																																		
Kcal:980	F:34	Zs:15																																																
Sz:147	Só:8,2	T.zs:3																																																
Cuk: 12																																																		
Kcal:914	F:34	Zs:39																																																
Sz:101	Só:13	T.zs:6																																																
Cuk:26																																																		
Kcal:1035	F:52	Zs:37																																																
Sz:45	Só:17	T.zs:10																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:972	F:39	Zs:36																																																
Sz:117	Só:14	T.zs:10																																																
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

13. hét

2025.03.24. – 2025.03.28.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																													
EBÉD	Árpagyöngy leves	Egri húsleves	Szilvaleves	Pírtott tésztaleves	Csontleves																																													
	Paprikás burgonya Csemege uborka	Káposztás kocka	Rántott sertésszelet Rántott karfiol Petrezselymes burgonya Almapaprika	Pincepörkölt párolt rizs Almabefőtt	Székelykáposzta Gyümölcs																																													
	ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal:939</td><td>F:39</td><td>Zs:33</td></tr> <tr><td>Sz:93</td><td>Só: 11</td><td>T.zs: 19</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:939	F:39	Zs:33	Sz:93	Só: 11	T.zs: 19	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal:762</td><td>F:36</td><td>Zs:28</td></tr> <tr><td>Sz: 109</td><td>Só: 12</td><td>T.zs: 5</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:762	F:36	Zs:28	Sz: 109	Só: 12	T.zs: 5	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal:816</td><td>F:33</td><td>Zs:28</td></tr> <tr><td>Sz:103</td><td>Só: 11</td><td>T.zs: 10</td></tr> <tr><td>Cuk: 20</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:816	F:33	Zs:28	Sz:103	Só: 11	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:890</td><td>F:28</td><td>Zs:34</td></tr> <tr><td>Sz:113</td><td>Só: 8,8</td><td>T.zs: 5</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:890	F:28	Zs:34	Sz:113	Só: 8,8	T.zs: 5	Cuk: 0			ALLERGÉN: tej, glutén, szója, tojás, zeller, mustár, <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>Kcal:641</td><td>F:28</td><td>Zs:30</td></tr> <tr><td>Sz: 55</td><td>Só: 18</td><td>T.zs: 10</td></tr> <tr><td>Cuk: 0</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:641	F:28	Zs:30	Sz: 55	Só: 18	T.zs: 10	Cuk: 0		
Kcal:939	F:39	Zs:33																																																
Sz:93	Só: 11	T.zs: 19																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:762	F:36	Zs:28																																																
Sz: 109	Só: 12	T.zs: 5																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:816	F:33	Zs:28																																																
Sz:103	Só: 11	T.zs: 10																																																
Cuk: 20																																																		
Kcal:890	F:28	Zs:34																																																
Sz:113	Só: 8,8	T.zs: 5																																																
Cuk: 0																																																		
Kcal:641	F:28	Zs:30																																																
Sz: 55	Só: 18	T.zs: 10																																																
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

14. hét

2025.03.031. – 2025.03.31.

		Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																												
EBÉD	Tejfölös szárazbableves																																																	
	Bácskai rizseshús																																																	
	ALLERGÉN: tej, glutén, tojás, zeller, mustár	ALLERGÉN	ALLERGÉN:	ALLERGÉN:	ALLERGÉN:	ALLERGÉN:																																												
	<table border="1" style="font-size: x-small; width: 100%;"> <tr><td>Kcal:1286</td><td>F:52</td><td>Zs:43</td></tr> <tr><td>Sz: 165</td><td>Só:9,4</td><td>T.zs: 12</td></tr> <tr><td>Cuk:15</td><td></td><td></td></tr> </table>	Kcal:1286	F:52	Zs:43	Sz: 165	Só:9,4	T.zs: 12	Cuk:15			<table border="1" style="font-size: x-small; width: 100%;"> <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:			<table border="1" style="font-size: x-small; width: 100%;"> <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:			<table border="1" style="font-size: x-small; width: 100%;"> <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:			<table border="1" style="font-size: x-small; width: 100%;"> <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:1286	F:52	Zs:43																																																
Sz: 165	Só:9,4	T.zs: 12																																																
Cuk:15																																																		
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:																																																		

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