

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00001) Normál 19-69	Ebéd	Babgulyás, Pogácsa [1,3,7]	Húsleves [1,3,9], Parajfőzelék [1,7], Főtt burgonya, Főtt tojás[3]	Zellerkrémleves mir.[1,7,9], Zsemle kocka, Csirkepaprikás [1,7], Tészta köret [1,3]	Paradicsom leves [1,3,9], Sajtós sertésszelet[7,(1)], Bulgur[1], Csemege uborka [10]	Reszelt tészta leves [1,3,9], Kelkáposzta főzelék [1], Sertés sült, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Csirkeaguleves [1,3,9], Túrós gombóc [1,7]	Csontleves [1,3,9], Temesvári sertésszelet[1,7], Főtt rizs
		Energia: 2 453,14 Kcal / 10 254,13 KJ	Energia: 1 014,86 Kcal / 4 242,11 KJ	Energia: 1 826,24 Kcal / 7 633,68 KJ	Energia: 2 452,93 Kcal / 10 253,25 KJ	Energia: 1 679,14 Kcal / 7 018,81 KJ	Energia: 3 184,30 Kcal / 13 310,37 KJ	Energia: 2 034,28 Kcal / 8 503,29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		89,53 g 143,52 g 46,35 g	43,81 g 48,60 g 7,29 g	91,77 g 76,05 g 22,96 g	100,54 g 118,77 g 28,20 g	86,32 g 90,35 g 24,46 g	102,83 g 108,44 g 19,90 g	83,68 g 97,29 g 20,09 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

199,73 g 2,15 g 12,80 g

114,38 g 0,10 g 9,73 g

190,01 g 1,41 g 15,27 g

254,67 g 43,50 g 19,76 g

204,18 g 0,02 g 14,14 g

430,11 g 42,64 g 17,44 g

204,42 g 2,68 g 15,03 g

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00003) szociális étkezők 70 felett	Ebéd	Babgulyás, Pogácsa szoc.70fel.[1,3,7], Alma			Húsleves [1,3,9], Parajfőzelék szoc [1,7], Főtt burgonya szoc70fel., Főtt tojás[3]			Zellerkrémleves mir. szoc.70fel. [1,7,9], Zsemle kocka, Csirkepaprikás [1,7], Tészta köret szoc.70fel.[1,3]			Paradicsom leves szoc.70fel.[1,3,9], Sajtos sertésszelet szoc.70fel.[7,(1)], Bulgur[1], Csemege uborka [10]			Reszelt tészta leves szoc.70fe [1,3,9], Kelkáposzta főzelék szoc.70fel. [1], Sertés sült szoc.70fel., Félbarna kenyér[1, (6,7)]			Csirkeraguleves [1,3,9], Túrós gombóc szoc.70fel. [1,7]			Csontleves szoc.70felett[1,3,9], Temesvári sertésszelet[1,7], Főtt rizs szoc.70fel.		
		Energia: 1 324,26 Kcal / 5 535,41 KJ			Energia: 602,20 Kcal / 2 517,20 KJ			Energia: 993,01 Kcal / 4 150,78 KJ			Energia: 1 206,61 Kcal / 5 043,63 KJ			Energia: 1 022,93 Kcal / 4 275,85 KJ			Energia: 992,39 Kcal / 4 148,19 KJ			Energia: 1 054,14 Kcal / 4 406,31 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		45,39 g	77,36 g	25,03 g	24,45 g	24,51 g	3,67 g	47,00 g	44,44 g	12,95 g	49,78 g	58,22 g	13,46 g	45,72 g	59,69 g	13,95 g	40,16 g	34,65 g	7,84 g	42,38 g	52,30 g	11,42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
110,42 g	1,08 g	6,42 g	77,38 g	0,05 g	6,11 g	99,38 g	1,36 g	9,11 g	125,50 g	21,32 g	11,22 g	112,46 g	0,02 g	9,60 g	125,07 g	11,33 g	8,72 g	102,66 g	1,34 g	7,69 g		

.....

Élelmezési osztályvezető Vezető dietetikus Gazdaságvezető

Tel.: 06/20/253-1034

Írtelféleségenkénti allergén tartalomról bővebb felvilágosítás élelmezésvezetőtől kérhető a fenti telefonszámon.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00001) Normál 19-69	Ebéd	Bakonyi betyárleves[1,7], Köményes kifli [1,3,7]			Daragaluska leves [1,3,9,(7)], Finomfőzelék mir. [1,7], Sült csirkecomb, Félbarna kenyér[1, (6,7)]			Fejtett bableves [1,3,7,9], Hentes tokány[10,(1,6,7)], Tészta köret [1,3]			Fahéjas szilvaleves[1,7], Rántott hal[1,3,7], Főtt rizs, Tartármártás [3,7,10,(1,12)]			Zöldségleves mir. [1,3,9], Lencsefőzelék [1,7,10,(12)], Sertés pörkölt, Félbarna kenyér[1, (6,7)]			Legényfogó leves [1,7], Gránátos kocka [1,3], Csemege uborka [10]			Húsleves [1,3,9], Marhapörkölt(7), Galuska[1,3], Céklasaláta, csemege szeletelt		
		Energia: 3 604,38 Kcal / 15 066,31 KJ			Energia: 1 704,64 Kcal / 7 125,40 KJ			Energia: 2 712,78 Kcal / 11 339,42 KJ			Energia: 3 725,91 Kcal / 15 574,30 KJ			Energia: 2 232,96 Kcal / 9 333,77 KJ			Energia: 1 690,33 Kcal / 7 065,58 KJ			Energia: 1 665,25 Kcal / 6 960,75 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		122,51 g	197,36 g	64,48 g	90,48 g	96,08 g	19,45 g	102,16 g	146,35 g	38,53 g	43,42 g	253,84 g	39,01 g	108,76 g	120,95 g	26,92 g	85,54 g	58,01 g	9,87 g	43,41 g	79,60 g	16,30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		334,04 g	2,58 g	11,08 g	181,45 g	20,08 g	25,11 g	243,39 g	1,72 g	21,53 g	310,51 g	39,56 g	10,13 g	213,35 g	1,82 g	19,93 g	203,90 g	1,77 g	10,43 g	192,50 g	13,99 g	14,50 g
  			   			   			   			   			   			   				
			 						  													



		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			vasárnap		
(00003) szociális étkezők 70 felett	Ebéd	Bakonyi betyárleves szoc.70fel.[1,7], Köményes kifli szoc.70fel.[1,3,7], Mandarin			Daragaluska leves szoc.70felett[1,3,9, (7)], Finomfőzelék szoc.70fel.[1,7], Sült csirkecomb, Félbarna kenyér[1, (6,7)]			Fejtett bableves szoc.70fel.[1,3,7,9], Hentes tokány[10, (1,6,7)], Tészta köret szoc.70fel. [1,3]			Fahéjas szilvaleves[1,7], Rántott hal epés [1,3,7], Főtt rizs szoc.70fel., Tartármártás szoc.70felett [3,7,10,(1,12)]			Zöldségleves mir. [1,3,9], Lencsefőzelék szoc.70fel.[1,7,10, (12)], Sertés pörkölt szoc.70fel., Félbarna kenyér[1, (6,7)]			Legényfogó leves szoc.70fel.[1,7], Gránátos kocka szoc.70felett[1,3], Csemege uborka [10]			Húsleves [1,3,9], Marhapörkölt szoc.70fel.(7), Galuska szoc.70felett[1,3], Céklasaláta, csemege szeletelt		
		Energia: 1 279,40 Kcal / 5 347,89 KJ			Energia: 861,86 Kcal / 3 602,57 KJ			Energia: 1 387,68 Kcal / 5 800,50 KJ			Energia: 1 932,74 Kcal / 8 078,85 KJ			Energia: 1 055,45 Kcal / 4 411,78 KJ			Energia: 1 001,10 Kcal / 4 184,60 KJ			Energia: 865,70 Kcal / 3 618,63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		42,13 g	78,13 g	25,54 g	50,58 g	48,59 g	9,88 g	51,88 g	75,37 g	20,50 g	23,42 g	129,35 g	20,30 g	58,17 g	51,69 g	12,50 g	44,92 g	41,95 g	6,90 g	22,43 g	39,85 g	8,15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		100,84 g	1,29 g	4,77 g	118,63 g	10,04 g	13,59 g	123,68 g	1,72 g	11,25 g	165,28 g	20,00 g	5,10 g	126,78 g	0,91 g	10,56 g	109,51 g	1,34 g	9,43 g	103,47 g	13,94 g	8,35 g

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00001) Normál 19-69	Ebéd	Gulyásleves[9], Káposztás kocka [1,3]	Csontleves [1,3,9], Paradicsom mártás [1,9], Sertés sült, Burgonya sós féladag	Reszelt tészta leves [1,3,9], Spenótós csirkés penne[1,3,7]	Fokhagymakrémle ves [1,7], Zsemle kocka, Búbos szelet[1,3,7], Burgonyapüré[7], Csemege uborka [10]	Rántott leves [1], Zöldborsófőzelék mir.[1,7], Csirkevagdalt[1,3], Félbarna kenyér[1, (6,7)]	Húsgombóclevés [1,3,9], Kakaós csiga [1,3,7]	Csirkenaguleves [1,3,9], Rántott sertésszelet [1,3,7], Főtt rizs, Csemege uborka[10]
		Energia: 1 957,71 Kcal / 8 183,23 KJ	Energia: 1 523,98 Kcal / 6 370,24 KJ	Energia: 1 434,22 Kcal / 5 995,04 KJ	Energia: 2 041,46 Kcal / 8 533,30 KJ	Energia: 1 972,75 Kcal / 8 246,10 KJ	Energia: 2 073,27 Kcal / 8 666,27 KJ	Energia: 3 292,23 Kcal / 13 761,52 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		74,84 g 87,71 g 22,01 g	63,91 g 84,28 g 22,88 g	91,38 g 44,38 g 14,63 g	102,42 g 122,60 g 34,18 g	98,23 g 127,84 g 17,80 g	71,41 g 94,42 g 32,66 g	137,99 g 178,78 g 30,90 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		214,13 g 10,09 g 10,73 g	125,45 g 15,09 g 13,06 g	165,51 g 0,02 g 9,81 g	201,46 g 0,10 g 23,19 g	200,33 g 12,11 g 16,67 g	233,83 g 59,99 g 4,18 g	279,40 g 0,10 g 21,17 g



		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00003) szociális étkezők 70 felett	Ebéd	Gulyásleves szoc.70fel.[9], Káposztás kocka szoc.70fel.[1,3], Kivi	Csontleves szoc.70felett[1,3,9], Paradicsom mártás [1,9], Sertés sült szoc.70fel., Burgonya sós féladag	Reszelt tészta leves szoc.70fe [1,3,9], Spenótós csirkés penne [1,3,7]	Fokhagymakréml ves [1,7], Zsemle kocka, Búbos szelet szoc.70fel. [1,3,7], Burgonyapüré[7], Csemege uborka [10]	Rántott leves szoc.70fel.[1], Zöldborsófőzelék szoc.70fel.[1,7], Csirkevagdalt[1,3], Félbarna kenyér[1, (6,7)]	Húsgombóclev eszoc.70fel.[1,3,9], Kakaós csiga szoc.70fel.[1,3,7]	Csirkeguleves [1,3,9], Rántott sertésszelet szoc.70fel.[1,3,7], Főtt rizs szoc.70fel., Csemege uborka [10]
		Energia: 1 027,98 Kcal / 4 296,96 KJ	Energia: 1 015,91 Kcal / 4 246,50 KJ	Energia: 863,77 Kcal / 3 610,56 KJ	Energia: 1 106,05 Kcal / 4 623,29 KJ	Energia: 986,38 Kcal / 4 123,07 KJ	Energia: 1 036,80 Kcal / 4 333,82 KJ	Energia: 1 736,93 Kcal / 7 260,37 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír 38,24 g 44,35 g 11,01 g	Fehérje Zsír T.Zsír 34,29 g 60,88 g 13,54 g	Fehérje Zsír T.Zsír 51,53 g 29,02 g 8,80 g	Fehérje Zsír T.Zsír 52,72 g 68,85 g 19,36 g	Fehérje Zsír T.Zsír 49,12 g 63,92 g 8,90 g	Fehérje Zsír T.Zsír 35,71 g 47,21 g 16,33 g	Fehérje Zsír T.Zsír 69,29 g 98,72 g 16,51 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		116,16 g 5,05 g 6,85 g	81,36 g 15,04 g 8,73 g	98,01 g 0,02 g 6,58 g	103,45 g 0,05 g 14,03 g	100,15 g 6,05 g 8,34 g	116,95 g 29,99 g 2,58 g	141,01 g 0,05 g 11,78 g

.....

Élelmezési

osztályvezető

Tel.: 06/20/253-1034

Vezető

dietetikus

Gazdaságvezető

Ítelféleségenkénti allergén tartalomról bővebb felvilágosítás élelmezésvezetőtől
kérhető a fenti telefonszámon.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
(00001) Normál 19-69	Ebéd	Sertésraguleves [1,3,9], Rizsfelfújt [3,7], Szörp, különféle	Olasz zöldségleves [1,3,7,9], Zöldbabfőzelék [1,7], Sertés pörkölt, Félbarna kenyér[1,(6,7)]	Burgonyaleves tejfőlös[1,7,9], Pásztor tarhonya [1,3,(6,7,10)], Csemege uborka [10]	Húsleves [1,3,9], Dubarry szelet *mir.*[1,3,7], Bulgur[1], Céklasaláta, csemege szeletelt	Daragaluska leves [1,3,9,(7)], Parajfőzelék [1,7], Burgonya sós féladag , Főtt tojás [3]	Májgaluska leves [1,3,(7)], Szilvás gombóc mir[1], Fahéjas porcukor	Csontleves [1,3,9], Töltött csirkecomb [1,3], Főtt rizs, Vitamin saláta
		Energia: 2 398,94 Kcal / 10 027,57 KJ	Energia: 1 830,11 Kcal / 7 649,86 KJ	Energia: 2 052,86 Kcal / 8 580,95 KJ	Energia: 2 037,95 Kcal / 8 518,63 KJ	Energia: 1 305,89 Kcal / 5 458,62 KJ	Energia: 1 241,27 Kcal / 5 188,51 KJ	Energia: 2 048,77 Kcal / 8 563,86 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		77,00 g 104,34 g 31,99 g	78,92 g 130,51 g 34,40 g	59,75 g 116,69 g 31,10 g	94,87 g 92,47 g 19,19 g	44,70 g 64,57 g 15,08 g	31,79 g 34,80 g 7,36 g	94,10 g 71,75 g 9,81 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		285,04 g 113,46 g 7,89 g	160,02 g 2,73 g 19,09 g	187,05 g 2,68 g 23,20 g	216,83 g 13,99 g 11,05 g	148,59 g 0,10 g 13,10 g	194,95 g 70,03 g 11,82 g	291,73 g 60,04 g 19,95 g



