



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



36. hét 2024.09.02 - 2024.09.08-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Babgulyás leves sertés (1;3;9) Tejföl (7) Tehéntúró (7) Fodros nagykocka (1) Félbarna kenyér (1) Alma	Erőleves Levesbetét tészta (1)vagdalt pogácsa (1;3) Zöldborsófőzelék (1;7) Félbarna kenyér (1)	Paradicsomleves (1) Sült csirkecomb Burgonyapüré (7;12) Cékla saláta (10)	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Csirke aprópecsenye Párolt rizs köret szilva	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Pásztor bulgur (sertés) (1;12) Csalamádé (10;12)	Hamis gulyásleves (1;3;9;12) Óvári csirkemell (1;7) Párolt rizs köret Nektarin	Reszelt tésztaleves (1) Vadas csirkeragu (1;7;9;10;12) Tészta köret (1)
Tápanyagértékek	EN:1546 ZS:60,1 TZS:10,7 FH:55,3 SZH:198,3 CK:13,2 SO:4,3	EN:901 ZS:31,3 TZS:7,3 FH:31,3 SZH:120,8 CK:18,7 SO:6,8	EN:1439 ZS:61,2 TZS:19,2 FH:77,5 SZH:135,1 CK:26,0 SO:6,6	EN:795 ZS:17,1 TZS:2,9 FH:32,7 SZH:127,2 CK:8,6 SO:3,8	EN:965 ZS:41,5 TZS:12,3 FH:23,5 SZH:120,4 CK:43,6 SO:4,0	EN:1076 ZS:33,4 TZS:6,9 FH:50,3 SZH:140,8 CK:2,9 SO:3,9	EN:1276 ZS:55,8 TZS:7,3 FH:49,4 SZH:138,2 CK:14,3 SO:3,1
Ebéd B	Babgulyás leves sertés (1;3;9) Piskóta kocka (1;3) Csokoládé öntet (7) Félbarna kenyér (1) Alma	Erőleves Levesbetét tészta (1) Csirkepörkölt Galuska köret (1;3) Félbarna kenyér (1)	Paradicsomleves (1) Rántott halszelet (1;3;4) Petrezselymes rizs Csiki mártás (3;7;10)	Tárkonyos zöldségleves (1;9) Főtt tojás (3) Főtt burgonya 1/2 (12) Sóska mártás (1;7) szilva	Vegyes gyümölcsleves (1;7) Rozmaringos csirkemell szelet (1) Párolt köles 1/2 Párolt zöldségköret fél adag	Hamis gulyásleves (1;3;9;12) Temesvári szárnyasragu (7) Párolt rizs köret Nektarin	Reszelt tésztaleves (1) Rakott brokkoli (3;7)
Tápanyagértékek	EN:1335 ZS:41,0 TZS:7,9 FH:45,9 SZH:180,9 CK:39,3 SO:3,8	EN:1191 ZS:36,7 TZS:4,7 FH:68,2 SZH:203,2 CK:4,6 SO:6,9	EN:1993 ZS:91,8 TZS:10,9 FH:58,2 SZH:232,0 CK:27,4 SO:8,0	EN:614 ZS:17,6 TZS:4,2 FH:27,0 SZH:80,9 CK:13,9 SO:13,0	EN:867 ZS:21,4 TZS:3,3 FH:40,0 SZH:124,0 CK:44,3 SO:2,6	EN:1076 ZS:39,2 TZS:4,9 FH:38,7 SZH:142,1 CK:4,7 SO:5,0	EN:977 ZS:48,1 TZS:10,6 FH:40,5 SZH:99,4 CK:7,6 SO:3,1

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.

37. hét 2024.09.09 - 2024.09.15-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Tojásleves (1;3) Sertéspörkölt Tökfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Piskóta rolád (1;3;7)	Csirkebecsináltleves (1;7) Dejó szórat (1) Metélt tészta (1) Alma	Vajgaluskaleves (1;3) Lecsós csirkeragu Tarhonya (1) Nektarin	Zöldséges lebbencsleves (1) Főtt virsli Lencsefőzelék (1;7;10) Túró rudi (6;7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Vaníliás körtekrémleves körtekockákkal (1;7) Pincepörkölt (sertés) (12) Cékla saláta (10) Félbarna kenyér (1)	Húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Rakott kelkáposzta (7) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Karalábéleves (1;3;7) Csirkehúsos lasagne (1;6;7;9;12) Körte
Tápanyagértékek	EN:1537 ZS:86,2 TZS:18,0 FH:38,3 SZH:147,9 CK:43,8 SO:6,5	EN:993 ZS:26,3 TZS:3,5 FH:39,7 SZH:143,7 CK:27,0 SO:2,8	EN:707 ZS:12,8 TZS:2,1 FH:36,9 SZH:112,6 CK:6,9 SO:4,2	EN:1544 ZS:72,6 TZS:18,7 FH:56,6 SZH:156,0 CK:33,4 SO:6,7	EN:1054 ZS:29,7 TZS:9,5 FH:40,5 SZH:151,4 CK:27,5 SO:5,6	EN:735 ZS:30,6 TZS:7,3 FH:33,8 SZH:80,0 CK:13,4 SO:3,1	EN:1078 ZS:44,5 TZS:10,7 FH:40,4 SZH:132,5 CK:12,5 SO:1,9
Ebéd B	Tojásleves (1;3) Zöldfűszeres csirkemell Zöldbabfőzelék (1;7) Piskóta rolád (1;3;7) teljeskiőrlésű kenyér (1)	Csirkebecsináltleves (1;7) Gránátos kocka (1;12) Csemege uborka (10) Alma	Vajgaluskaleves (1;3) Rántott csirkemell (1;3) Párolt rizs köret Őszibarackbefőtt	Zöldséges lebbencsleves (1) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Paradicsomos káposzta (1) teljeskiőrlésű kenyér (1) Túró rudi (6;7)	Vaníliás körtekrémleves körtekockákkal (1;7) Bácskai bulgur (1) Kovászos uborka (1;10)	Húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Brassói aprópecsenye (1;12) Mongol saláta (10) Menü süti (1;3;5;6;7;8)	Karalábéleves (1;3;7) Rántott csirkecombfilé (1;3;6) Rizibizi Körte
Tápanyagértékek	EN:1030 ZS:46,9 TZS:10,9 FH:46,7 SZH:97,5 CK:24,7 SO:7,1	EN:1225 ZS:28,9 TZS:3,5 FH:45,5 SZH:190,1 CK:10,9 SO:5,8	EN:1380 ZS:57,0 TZS:7,5 FH:54,5 SZH:165,4 CK:14,3 SO:5,9	EN:1421 ZS:69,1 TZS:16,7 FH:42,4 SZH:152,8 CK:46,9 SO:4,6	EN:858 ZS:32,8 TZS:8,2 FH:35,2 SZH:107,9 CK:34,8 SO:5,6	EN:784 ZS:32,9 TZS:9,7 FH:34,4 SZH:80,6 CK:13,8 SO:4,0	EN:1751 ZS:74,8 TZS:10,6 FH:79,7 SZH:190,0 CK:6,2 SO:4,8

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



ÚJBUDAI
SZOCIÁLIS
SZOLGÁLAT

38. hét 2024.09.16 - 2024.09.22-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Görög sertésraguleves (1;7) Pozsonyi rakott tészta (1;3;7) Félbarna kenyér (1) Nektarin	Csontleves Levesbetét tészta (1) Húsgombóc (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya 1/2 (12) Túró rudi (6;7)	Magyaros karfiolleves (1;3) Szárnycsaga vitál módra (1;7) Bulgur köret (1)	Tejfölös gombaleves (1;3;7;9;10) Chilis bab hússal teljeskiőrlésű kenyér (1) Tejszelet (1;3;5;6;7;8)	Sütőtök krémleves (1;7;12) Pirított tészta (1) Fokhagymás sertéssült (1) Zöldséges rizs	Zöldborsóleves (1;3) Töltött csirkecomb (1;3;6) Petrezselymes burgonya (12) Ecetes almapiaprika (10;12)	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Zúza pörkölt Tészta köret (1) Uborkasaláta
Tápanyagértékek	EN:1467 ZS:45,5 TZS:11,1 FH:44,6 SZH:213,4 CK:61,0 SO:5,1	EN:995 ZS:15,2 TZS:7,6 FH:46,6 SZH:162,6 CK:45,2 SO:6,4	EN:924 ZS:41,1 TZS:5,4 FH:36,0 SZH:99,4 CK:15,2 SO:3,8	EN:929 ZS:35,0 TZS:9,6 FH:42,6 SZH:102,0 CK:16,2 SO:4,7	EN:962 ZS:36,4 TZS:7,0 FH:38,3 SZH:118,7 CK:10,3 SO:4,4	EN:1648 ZS:82,7 TZS:20,1 FH:88,1 SZH:126,2 CK:22,0 SO:4,9	EN:1119 ZS:42,1 TZS:5,7 FH:43,1 SZH:135,4 CK:10,0 SO:5,9
Ebéd B	Görög sertésraguleves (1;7) Káposztás kocka (1) Félbarna kenyér (1) Nektarin	Csontleves Levesbetét tészta (1) Főtt sertéskaraj Vegyes gyümölcsmártás (1;7) Kuszkus köret (1) Túró rudi (6;7)	Magyaros karfiolleves (1;3) Rántott halszelet (1;3;4) Párolt rizs köret Majonéz (mini) (3;10)	Tejfölös gombaleves (1;3;7;9;10) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;10;11) Vegyesfőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Tejszelet (1;3;5;6;7;8)	Sütőtök krémleves (1;7;12) Pirított tészta (1) Rántott sajt (1;3;7) Petrezselymes burgonya (12) Majonéz (mini) (3;10)	Zöldborsóleves (1;3) Rántott sertésszelet (1;3) Kukoricás rizs Ecetes almapiaprika (10;12)	Minestrone zöldségleves (1;9;12) Csülök Pékné módra (12) Uborkasaláta
Tápanyagértékek	EN:1233 ZS:29,3 TZS:6,7 FH:43,3 SZH:196,9 CK:13,8 SO:6,6	EN:1591 ZS:52,3 TZS:13,3 FH:63,3 SZH:210,4 CK:60,5 SO:6,9	EN:1649 ZS:70,5 TZS:9,0 FH:54,0 SZH:172,4 CK:13,9 SO:6,4	EN:1360 ZS:70,9 TZS:15,1 FH:48,2 SZH:125,8 CK:26,6 SO:5,8	EN:1593 ZS:88,9 TZS:24,0 FH:37,9 SZH:125,6 CK:22,8 SO:4,8	EN:1923 ZS:100,5 TZS:14,2 FH:57,0 SZH:197,3 CK:21,3 SO:5,9	EN:914 ZS:46,1 TZS:14,6 FH:36,1 SZH:79,9 CK:6,0 SO:4,6

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákkfélek; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.

39. hét 2024.09.23 - 2024.09.29-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Sertés gulyásleves (1;3;9;12) Tejföl (7) Reszelt sajt (7) Spagetti (1) teljeskiőrlésű kenyér (1) Körte	Erőleves Levesbetét tészta (1) Natúr csirkemell szelet Karalábefőzelék (1;7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Túró rudi (6;7)	Zellerleves (1;9) Budapest sertésragu Párolt rizs köret Alma	Daraguskaleves (1;3;9) Székelykáposzta (1;7;8) Félbarna kenyér (1) Piskóta rolád (1;3;7)	Magyaros zöldbaleves (1;3) Csikós sertéstokány (1;7) Bulgur köret (1) szilva	Hagymakrémleves (1;7) Pirított tészta (1) Sertéshúsos rakott tészta (1;3;7) Mongol saláta (10)	Meggyleves (1;7) Marhapörkölt Galuska köret (1;3) Csemege uborka (10)
Tápanyagértékek	ZN:1445 ZS:52,9 TZS:15,1 FH:55,0 SZH:186,4 CK:13,6 SO:5,5	EN:891 ZS:28,6 TZS:8,1 FH:45,9 SZH:104,0 CK:33,4 SO:6,4	EN:966 ZS:29,6 TZS:7,0 FH:35,8 SZH:136,5 CK:2,1 SO:4,9	EN:1426 ZS:83,3 TZS:18,4 FH:39,4 SZH:126,2 CK:23,9 SO:9,9	EN:1190 ZS:63,1 TZS:13,3 FH:38,4 SZH:122,5 CK:17,0 SO:3,9	EN:921 ZS:24,3 TZS:6,9 FH:38,3 SZH:132,5 CK:9,1 SO:4,1	EN:1072 ZS:37,4 TZS:5,2 FH:57,2 SZH:186,7 CK:41,1 SO:5,5
Ebéd B	Sertés gulyásleves (1;3;9;12) Metélt tészta (1) Mák szórat teljeskiőrlésű kenyér (1) Körte	Erőleves Levesbetét tészta (1) Sertés aprópecsenye Sárgaborsófőzelék (1) teljeskiőrlésű kenyér (1) Túró rudi (6;7)	Zellerleves (1;9) Natúr csirkemell szelet Tejfölös-kukoricás ragu (1;7) Bulgur köret (1) Alma	Daraguskaleves (1;3;9) Hentes sertés tokány (1;6;10) Tészta köret (1) Piskóta rolád (1;3;7)	Magyaros zöldbaleves (1;3) Sertés sült Gombamártás (1;7) Párolt rizs fél adag	Hagymakrémleves (1;7) Pirított tészta (1) Sült májas hurka (1;6;7;9;10) Főtt burgonya 1/2 (12) Párolt káposzta 1/2	Meggyleves (1;7) Dubarry csirkemell (1;6;7) Párolt rizs köret Nektarin
Tápanyagértékek	ZN:1539 ZS:49,5 TZS:8,9 FH:50,9 SZH:218,2 CK:31,0 SO:4,5	EN:1340 ZS:61,2 TZS:17,6 FH:50,8 SZH:140,7 CK:21,6 SO:6,8	EN:1059 ZS:33,1 TZS:3,6 FH:49,2 SZH:134,5 CK:22,7 SO:4,4	EN:1412 ZS:79,5 TZS:22,0 FH:43,0 SZH:127,5 CK:26,7 SO:4,4	EN:1182 ZS:73,9 TZS:10,9 FH:50,8 SZH:85,9 CK:3,9 SO:4,8	EN:982 ZS:37,8 TZS:1,9 FH:43,8 SZH:98,3 CK:7,3 SO:4,2	EN:1159 ZS:30,9 TZS:8,7 FH:46,3 SZH:171,9 CK:42,3 SO:4,0

Allergének: 1. Glutén; 2. Rákkfélek; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.



ÉTLÁP

MEGÚJULÓ KÖZÉTKEZTETÉS



40. hét 2024.09.30 - 2024.10.06-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd A	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Darás metélt (1) Barack lekvár Félbarna kenyér (1) Alma	Zöldséges tarhonyaleves (1) Töltött csirkecomb (1;3;6) Petrezselymes rizs Savanyúság	Citromos almaleves (1;7) Bácskai rizseshús Csalamádé (10;12) szilva	Kertészleves (1) Zöldfűszeres csirkemell Burgonyafőzelék (1;7;12) teljeskiőrlésű kenyér (1) Gesztenye Marci (6)	Brokkolikrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Zöldséges pulykaapró Bulgur köret (1)	Húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Rakott savanyúkáposzta (7;12)	Sajtgaluska leves (1;3;7;9) Csülökpörkölt Főtt burgonya (12) Csalamádé (10;12)
Tápanyagértékek	EN:1723 ZS:56,4 TZS:11,0 FH:51,1 SZH:246,2CK:21,8 SO:4,4	EN:1723 ZS:88,1 TZS:21,7 FH:84,8 SZH:142,4 CK:6,1 SO:4,4	EN:1062 ZS:29,0 TZS:6,1 FH:27,4 SZH:169,6 CK:46,6 SO:1,9	EN:736 ZS:12,6 TZS:2,2 FH:42,1 SZH:104,4CK:5,0 SO:6,0	EN:814 ZS:30,4 TZS:4,5 FH:40,4 SZH:93,6 CK:12,4 SO:4,0	EN:533 ZS:24,0 TZS:8,2 FH:33,3 SZH:43,0 CK:3,8 SO:8,3	EN:869 ZS:44,9 TZS:13,8 FH:32,1 SZH:74,8 CK:6,1 SO:3,9
Ebéd B	Bakonyi sertés betyárleves (1;7) Gránátos kocka (1;12) Savanyúság Félbarna kenyér (1) Alma	Zöldséges tarhonyaleves (1) Rántott sertésszelet (1;3) Burgonyapüré(7;12) Őszibarackbefőtt	Citromos almaleves (1;7) Sült csirkecomb Majonézes kukorica (3;7;10) Körte	Kertészleves (1) Sült lecsókolbász Lencsefőzelék (1;7;10) teljeskiőrlésű kenyér (1) Gesztenye Marci (6)	Brokkolikrémleves (1;7) Levesgyöngy (1;3;7) Milánói spagetti sertés (1) Reszelt sajt (7)	Húsleves (3;9) Levesbetét tészta (1) Töltött paprika (3) Paradicsommártás (1) Főtt burgonya 1/2 (12)	Sajtgaluska leves (1;3;7;9) Sertés paprikás (1;7) Túrós csusza (1;7)
Tápanyagértékek	EN:1558 ZS:45,4 TZS:8,9 FH:52,1 SZH:228,9CK:8,4 SO:5,0	EN:1951 ZS:109,2 TZS:19,1 FH:57,0 SZH:176,9CK:27,9 SO:5,5	EN:1397 ZS:72,1 TZS:16,6 FH:57,8 SZH:119,3 CK:57,6 SO:3,3	EN:1360 ZS:55,0 TZS:14,2 FH:56,7 SZH:147,2 CK:24,0 SO:6,3	EN:1470 ZS:55,4 TZS:20,8 FH:57,9 SZH:185,4 CK:56,6 SO:4,6	EN:906 ZS:25,4 TZS:7,6 FH:36,5 SZH:127,4 CK:32,7 SO:6,4	EN:1065 ZS:57,0 TZS:14,2 FH:41,9 SZH:92,7 CK:10,2 SO:3,6
Allergének: 1. Glutén; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej, laktóz; 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid és szulfidok; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek.							