



2021.10.11-16-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES	Reszelttészta leves	Zöldborsó leves	Magyaros gulyásleves	Erőleves	Tojás leves	Olasz minestrone leves
Tápanyag tart.	En.:789kcal Feh.:32,1g Zsír:30g Szénh.:35,6g Só:0,7g	En.:999kcal Feh.:36g Zsír:29g Szénh.:42g Só:0,4	En.:948kcal Feh.:25g Zsír:256g Szénh.:46g Só:0,4	En.:909kcal Feh.:37,1g Zsír:31g Szénh.:27g Só:0,4	En.:892kcal Feh.:35,4g Zsír:27,6g Szénh.:29,3g Só:0,4	En.:892kcal Feh.:35,4g Zsír:27,6g Szénh.:29,3g Só:0,4
Allergén:	glutén,tojás, zeller	Glutén, tojás, zeller	glutén, zeller, tojás	glutén,tojás, zeller	glutén,tojás	glutén,tojás, zeller
A	Rizseshús, alma befőtt	Krumpli főzelék, fasírt	Túrós linzer, Banán*	Dubbary csirkemell, párolt rizs	Zöldbabfőzelék, sült oldalas	Grill csirke, petrezselymes burgonya, kovászos uborka
Tápanyag tart.	En.:912kcal Feh.:32,7g Zsír:22,7g Szénh.:21,9g Só:0,4g	En.:899kcal Feh.:45g Zsír:31g Szénh.:29g Só:0,4	En.:798kcal Feh.:29,5g Zsír:32,9g Szénh.:36,4g Só:0,5	En.:758kcal Feh.:39g Zsír:29g Szénh.:25g Só:0,52	En.:896kcal Feh.:45g Zsír:31g Szénh.:29g Só:0,4	En.:909kcal Feh.:37,1g Zsír:29g Szénh.:27g Só:0,5
Allergén:	Glutén, nátrium-metabiszulfid	Glutén,tejtermék, tojás	glutén,tojás tejtermék	glutén, tejtermék	glutén,tejtermék	Nátrium-metabiszulfid

2021.10.18-22-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES	Pirított tészta leves	Gyümölcs leves	Fejtett bableves sertéshússal	Csontleves cércsontmetálttel	Zeller krémleves	Okt.23. Ünnep
Tápanyag tart.	En.:857kcal Feh.:32,9g Zsír:25,7g Szénh.:28g Só:0,4	En.:909kcal Feh.:37,1g Zsír:27,9g Szénh.:27g Só:0,5	En.:919kcal Feh.:27,4g Zsír:21,8g Szénh.:44g Só:0,3	En.:848kcal Feh.:28,1g Zsír:29,7g Szénh.:27,1g Só:0,5	En.:855kcal Feh.:34g Zsír:39g Szénh.:41g Só:0,5	
Allergén:	glutén,tojás, zeller	glutén,tejtermék	glutén,tojás,tejtermék, zeller	glutén,tojás, zeller	glutén,tojás, tejtermék, zeller	
A	Gombás tokány, főtt penne tészta	Párizsi csirkemell, burgonyapüré	Káposztás tészta, Narancs*	Kapros túróval töltött sertés szelet, tepsis burgonya	Rakott burgonya	
Tápanyag tart.	En.:788kcal Feh.:29g Zsír:38g Szénh.:28g Só:0,29	En.:999kcal Feh.:38,1g Zsír:25,6g Szénh.:28g Só:0,4	En.:904 kcal Feh.:22,4g Zsír:20,8g Szénh.:41g Só:0,3	En.:955kcal Feh.:35,1g Zsír:29,4g Szénh.:32g Só:0,4	En.:1025kcal Feh.:32,8g Zsír:39g Szénh.:42,9g Só:0,7	
Allergén:	glutén,tojás, tejtermék	glutén,tojás	glutén, tojás	glutén,tejtermék, tojás	glutén,tojás, tejtermék	

Tápanyag :Energia,Fehérje, Zsír, Szénhidrát, Só

Allergének: 1.Glutént tartalmazó gabonák. 2. Rákfélék 3.Tojás 4.Hal 5.Földimogyoró 6.Szójabab /Szója/ 7.Tej 8.Diófélék 9.Zeller 10.Mustár 11.Szezámmag,12.Kén-dioxid, 13.Csillagfűrt,14.Puhatestűek15.Kálium-metabiszulfid/nátrium- metabiszulfid

A változtatás jogát fenntartjuk!

* A héj fogyasztásra alkalmatlan

Készítette: Rátódi Istvánné Élelmezésvezető

Ellenőrizte: intézményvezető



Humán Szolgáltató Központ
Szociális Konyha
5667 Magyarbánhegyes,
Kossuth utca 68.

2021.10.25-30-ig

Október

ÉTLAP

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES	Vegyes zöldségleves	Burgonya leves	Frankfurti leves	Daragaluska leves	Ököruszály leves	Tarhonya leves
Tápanyag tartalom	En.:892kcal Feh.:35,9g Zsír:27,7g Szénh.:29,3g Só:0,4	En.:857 kcal Feh.:35,8g Zsír:25,7g Szénh.:37,3g Só:0,4	En.:909kcal Feh.:37,1 Zsír:27,9g Szénh.:27g Só:0,5	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:27g Szénh.:33g Zsír:0,5g, só:0,2g, cukor:0,2g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:27g Szénh.:33g Zsír:0,5g, só:0,2g, cukor:0,2g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:27g Szénh.:33g Zsír:0,5g, só:0,2g, cukor:0,2g
Allergén:	glutén,tojás,	glutén,tejtermék,	glutén, tejtermék	glutén,tojás, zeller	Glutén, tojás, zeller	glutén, tojás, zeller
A	Sertés pörkölt, pirított tarhonya, cékla saláta	Rántott karaj, zöldborsó főzelék	Darászfészek, Kivi*	Lencsefőzelék, tavaszi vagdalt	Töltött csirkecomb, petrezselymes rizs, Barack befőtt	Mexikói pulykaragu, főtt tészta
Tápanyag tartalom	En.:857kcal Feh.:32,9g Zsír:25,7g Szénh.:38g Só:0,3	En.1025 kcal Feh.:32,8g Zsír:30,7g Szénh.:42,9g Só:0,7	En.:941kcal Feh.:32 Zsír:31g Szénh.:28g Só:0,45g, cukor:0,3g	En:909kcal Feh.:37,2g Zsír:27g Szénh.:27g Só:0,5	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:27g Szénh.:33g Zsír:0,5g, só:0,2g, cukor:0,2g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:27g Szénh.:33g Zsír:0,5g, só:0,2g, cukor:0,2g
Allergén:	glutén, tojás, kálium-metabiszulfid	glutén,tojás tejtermék	glutén,tojás, tejtermék	glutén,tojás, tejtermék	Glutén, tojás, nátrium-metabiszulfid	glutén, tojás, tejtermék

Tápanyag :Energia,Fehérje, Zsír, Szénhidrát, Só

Allergének: 1.Glutént tartalmazó gabonák, 2. Rákfélék 3.Tojás 4.Hal 5.Földimogyoró 6.Szójabab /Szója/ 7.Tej 8.Diófélék 9.Zeller 10.Mustár 11.Szezám,12.Kén-dioxid, 13.Csillagfűrt,14.Puhatestűek15.Kálium-metabiszulfid/nátrium- metabiszulfid

* A héj fogyasztásra alkalmatlan

Készítette: Rátódi Istvánné Élelmészvezető

Ellenőrizte: intézményvezető