



Humán Szolgáltató Központ
Szociális Könyha
5667 Magyarbárhelyes,
Kossuth utca 68.

2021. 11.02-06-ig

November

ÉTLAP

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES		Daragaluska leves	Marha gulyásleves	Csirkehús leves csigafésztával	Tojás leves	Csontleves
Tápanyag tartalom	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:849kcal Feh.:42,5g Zsír:45g Szénh.:33g S6:0,7g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g
Allergén:	gluten, zeller, tojás	gluten, tojás, zeller	gluten, tojás, zeller	gluten, zeller, tojás	gluten, tojás, zeller	gluten, tojás, zeller
A	Mindenszentek					
	Nov. 1					
Tápanyag tartalom	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:909kcal Feh.:37,2g Zsír:2,7g Szénh.:27g S6:0,5g, cukor:0,2g	En:853kcal Feh.:34g Zsír:39g Szénh.:41g S6:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g
Allergén:	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék		Párizsi szelet, burgonya püré, Szilva befőtt
B	Sajttal baconnal töltött sertés karaj, francia saláta		Töpörtös pogácsa, Alma	Sült tarja, hagyományos burgonya	Pacal pörkölt körömmel, sós burgonya, savanyúság	
Tápanyag tartalom	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g Zsír:0,5, só:0,5g	En:758kcal Feh.:39g Zsír:29g Szénh.:25g S6:0,5g	En:914kcal Feh.:32g Zsír:31g Szénh.:28g S6:0,4g	En:758kcal Feh.:39g Zsír:29g Szénh.:25g S6:0,5g	En:905kcal Feh.:35,2g Zsír:2,7g Szénh.:33g
Allergén:	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	Nátrium-metabiszulfid	gluten, tojás, tejtermék

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES		Reszelt tészta leves	Májalgaluska leves	Vegyes gyümölcsleves	Zöldbab leves	Olasz Minestrone leves
Tápanyag tartalom	En:789kcal Feh.:32,1g Zsír:30g Szénh.:33,6g S6:0,7g cukor:0,3g	En:999kcal Feh.:36g Zsír:29g Szénh.:42, S6:0,4	En:988kcal Feh.:25g Zsír:256g Szénh.:46g S6:0,4	En:909kcal Feh.:37,1g Zsír:31g Szénh.:27g S6:0,4	En:892kcal Feh.:35,4g Zsír:27,6g Szénh.:29,3g S6:0,4	En:892kcal Feh.:35,4g Zsír:27,6g Szénh.:29,3g S6:0,4
Allergén:	gluten, tojás, zeller	gluten, tojás, zeller	gluten, tojás, zeller	gluten	gluten, zeller, tejtermék	gluten, zeller, tojás
A	Majonannás sertés tokány, főtt tészta	Tökfőzelék fasírt	Spenótos csirkemelles tészta, Kivi*	Rántott hal, habos burgonya	Csirke pörkölt szarvascska tésztával	Bakonyi sertés szelet, párolt rizs
Tápanyag tart.	En:789kcal Feh.:32,1g Zsír:32,9g Szénh.:36,4g S6:0,5	En:896kcal Feh.:43g Zsír:31g Szénh.:29g S6:0,4, cukor:0,2g	En:948kcal Feh.:23g Zsír:20g Szénh.:46g S6:0,4	En:892kcal Feh.:29,8g Zsír:31,5g Szénh.:40g S6:0,5, cukor:0,2g	En:955kcal Feh.:35,1g Zsír:29,4g Szénh.:32g S6:0,4	En:909kcal Feh.:37,1g Zsír:31g Szénh.:27g S6:0,4, cukor:0,3g
Allergén:	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás	gluten, tejtermék
B	Barbecue chilis csirke szárny, párolt zöldség	Holstein szelet sült burgonya	Székelypáposzta, Kivi*	Stefánia vagdalt, burgonya főzelék	Cigány pecsenye tepsis burgonya, csemege uborka	
Tápanyag tartalom	En:999kcal Feh.:36g Zsír:29g Szénh.:42g S6:0,4	En:788kcal Feh.:29g Zsír:38g Szénh.:38g S6:0,2, cukor:0,3g	En:88kcal Feh.:36g Zsír:39g Szénh.:35g S6:0,5, cukor:0,6g	En:914kcal Feh.:32g Zsír:31g Szénh.:28g S6:0,4	En:758kcal Feh.:39g Zsír:29g Szénh.:25g S6:0,5	En:909kcal Feh.:37,1g Zsír:31g Szénh.:27g S6:0,4, cukor:0,3g
Allergén:	musli	gluten, tojás, tejtermék	gluten, tojás, tejtermék	Gluten, tojás, tejtermék	gluten, Nátrium-metabiszulfid	gluten, tejtermék
Tápanyag, étterem: Fehérvé, Zsif, Széchényi, S6, Cukor						

Alapanyagok: 1. Gombóc, 2. Rákdéta, 3. Tojás, 4. Hal, 5. Fehérmag, 6. Sajt, 7. Tör, 8. Dörögtészt, 9. Zeller, 10. Munka, 11. Szarvascska, 12. Kenyér, 13. Csillag, 14. Puhított, 15. Kárium-metabiszulfid, Nátrium-metabiszulfid

A változtatás jogát fenntartjuk!

* A hűtőszekrényben tárolva

Készítette: Rátóti Istváné Élelmiszervezető

Ellenőrizte: Intézményvezető



2021.11.15-20-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES	Karfiol leves	Sertéshús leves cémaméltéllal	Palóc leves	Hamis gulyás leves	Zöldborsó leves	Almaleves
Tápanyag tartalom	En: 802kcal FeH: 3,59g Zsír:27,7g Szénh: 29,3g S6:0,4	En: 857 kcal FeH: 33,8g Zsír:25,7g Szénh: 37,3g S6:0,4	En: 990kcal FeH: 37,1g Zsír:27,9g Szénh: 27,6g S6:0,5	En: 905kcal FeH: 33,2g Zsír: 27g Szénh: 33g Zsír:0,5	En: 905kcal FeH: 33,2g Zsír: 27g Szénh: 33g Zsír:0,5	En: 905kcal FeH: 33,2g Zsír: 27g Szénh: 33g Zsír:0,5
Allergén:	glutén,tojás,szeller	glutén,zeller,tojás	glutén,tojás,zeller,tejemlék	glutén,tojás, zeller	glutén,zeller,tojás	glutén, tejemlék, Natrium-mechibiszulfit
A	Burgonya paprikás kolbássszal, tarhonyával, vegyes vágott	Gyümölcsösöz, főtt hús	Meggyes piskóta, Banán*	Rántott csirkemell Rizibizi	Paradicsomos húsgombóc	Brassói aprópecsenye
Tápanyag tartalom	En: 788kcal FeH: 29g Zsír:38g Szénh: 28g S6:0,29, cukor:0,3g	En: 990kcal FeH: 38,1g Zsír:25,6g Szénh: 28g S6:0,4g,cukor:0,3g	En: 904 kcal FeH: 22,4g Zsír:20,8g Szénh: 41g S6:0,3, cukor:0,2g	En: 955kcal FeH: 33,1g Zsír:29,4g Szénh: 33g S6:0,4 cukor:1,2g	En: 955kcal FeH: 33,1g Zsír:29,4g Szénh: 33g S6:0,4 cukor:1,2g	En: 893kcal FeH: 37,1g Zsír: 31g Szénh: 27g S6:0,5
Allergén:	glutén,tojás, Natrium-mechibiszulfit	glutén,tejemlék, Kálium-mechibiszulfit	glutén,tojás	glutén,tojás	glutén	
B	Csülök Pékré módra, tört burgonya savanyúság	Rántott gomba, tartár mártás, párolt rizs	Burgonyás tészta, Banán*	Sült oldalas, kelkáposzta főzelék	Birka pörkölt, pirtott tarhonya, savanyúság	
Tápanyag tartalom	En: 798kcal FeH: 29,5g Zsír:22,9g Szénh: 36,4g S6:0,5	En: 990kcal FeH: 49g Zsír:31g Szénh: 29g S6:0,4	En: 948kcal FeH: 25g Zsír:26g Szénh: 46g S6:0,4 S6:0,4,cukor:0,2g	En: 892kcal FeH: 29,8g Zsír:31,5g Szénh: 40g S6:0,5	En: 892kcal FeH: 29,8g Zsír:31,5g Szénh: 40g S6:0,5	En: 909kcal FeH: 37,1g Zsír: 31g Szénh: 27g S6:0,5
Allergén:	Nátrium-mechibiszulfit	glutén,tojás, tejemlék	glutén,tojás	glutén	glutén,tojás, Natrium-mechibiszulfit	
2021.11.22-27-ig						
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES	Brokkoli krémleves leves gyöngy betéttel	Piritott tarhonya leves	Lenese gulyás	Paradicsom leves	Marhahús leves eperlevéllel	Gomba leves
Tápanyag tartalom	En: 798kcal FeH: 22,1g Zsír:29g Szénh: 35,6g S6:0,7g	En: 990kcal FeH: 36g Zsír:29g Szénh: 42g S6:0,4,cukor:0,3g	En: 948kcal FeH: 25g Zsír:26g Szénh: 46g S6:0,4	En: 909kcal FeH: 37,1g Zsír: 31g Szénh: 27g S6:0,4,cukor:0,2	En: 892kcal FeH: 33,4g Zsír:27,6g Szénh: 39,3g S6:0,4,cukor:0,2g	En: 892kcal FeH: 33,4g Zsír:27,6g Szénh: 39,3g S6:0,4,cukor:0,2g
Allergén:	glutén,tejemlék	glutén,tojás, zeller	glutén, tejemlék, tojás, mustár	glutén,tojás, zeller	glutén,tojás, zeller	glutén,tojás, tejemlék
A	Pulykaragu, főtt tészta	Karalábé főzelék sült csirke	Tejbegríz, Narancs*	Májrizottó	Zöldbabfőzelék, natúr szelet	
Tápanyag tartalom	En: 788kcal FeH: 29g Zsír:38g Szénh: 28g S6:0,29g	En: 990kcal FeH: 38,1g Zsír:25,6g Szénh: 28g S6:0,4g	En: 904 kcal FeH: 22,4g Zsír:20,8g Szénh: 41g S6:0,3,cukor:0,4g	En: 955kcal FeH: 33,1g Zsír:29,4g Szénh: 33g S6:0,4,cukor:0,3g	En: 1025kcal FeH: 32,8g Zsír:39g Szénh: 42,9g S6:0,7g	
Allergén:	glutén,tojás, tejemlék	glutén,tejemlék	glutén, tejemlék	glutén, tejemlék	glutén, tejemlék	
B	Göngyölt sertés karaj, burgonya saláta	Hortobágyi húsos palacsinta	Lasange, Narancs*	Rakott csirkecomb, gombás rizs	Vadas mártás főtt marhahús, főtt spagetti	Rakott burgonya
Tápanyag tartalom	En: 798kcal FeH: 29,5g Zsír:22,9g Szénh: 36,4g S6:0,5,cukor:0,3g	En: 890kcal FeH: 49g Zsír:31g Szénh: 29g S6:0,4g	En: 948kcal FeH: 25g Zsír:26g Szénh: 46g S6:0,4 cukor:0,4g	En: 892kcal FeH: 29,8g Zsír:31,5g Szénh: 40g S6:0,5	En: 955kcal FeH: 33,1g Zsír:29,4g Szénh: 33g S6:0,4g	En: 990kcal FeH: 37,1g Zsír: 31g Szénh: 27g S6:0,4g
Allergén:	glutén,tejemlék,tojás	glutén,tojás	glutén,tojás,tejemlék	glutén, tojás	glutén, tejemlék, tojás, zeller, mustár	tejemlék

Tápanyag: Energiya, Fehérje, Zsír, Szénhidrát, S6, Cukor

Allergének: 1.Glutén tartalmazó gabona, 2. Raktér, 3. Tojás 4.Hal 5.Fehérjegyvona 6.Sója/abó /soja/ 7.Tej 8.Dió/ek 9. Zeller 10.Mustár 11.Szennyező,12.Kenőolaj, 13.Csillagfű,14.Pinketevék,15.Kálium-mechibiszulfit/Natrium-mechibiszulfit

A változtatás jogát fenntartjuk!

* A héj fogyasztásra alkalmatlan

Készlettel: Rátódi Istváné Élelmiszevesztető

Ellenőrzte: intézményvezető



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

November

ÉTLAP

2021.11.29-30-ig

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat
LEVES	Karalábé leves	Lebencec leves	<i>December</i>			
Tápanyag tartalom	En:798kcal Feh.:32,1g Zsír:30g Szénh.:35,6g S60,7g	En:999kcal Feh.:36g Zsír:29g Szénh.:42g S60,4				
Allergén:	glutén,tojás,zeller	glutén,tojás,zeller				
A	Tarhonyás hús, cékla saláta	Rakott kelkáposzta				
Tápanyag tartalom	En:788kcal Feh.:29g Zsír:38g Szénh.:28g S60,29	En:999kcal Feh.:38,1 Zsír:25,6 Szénh.:28g S60,4g,cukor0,3g				
Allergén:	glutén, tojás, Kálium-metabiszulfid	tejtermék				
B	Sült pulyka szárny közép, petrezselymes burgonya, alma befőtt	Chilis bab csirkemellel, párolt rizs				
Tápanyag tartalom	En:798kcal Feh:29,5g Zsír:32,9g Szénh.: 36,4g S60,5g	En:896kcal Feh:45g Zsír:31g Szénh:29g S60,4g				
Allergén:	Kálium-metabiszulfid	glutén,				
Tápanyag tartalom	En:798kcal Feh:29,5g Zsír:32,9g Szénh.: 36,4g S60,5g	En:896kcal Feh:45g Zsír:31g Szénh:29g S60,4g				

Tápanyag :Energiatartalom, Zsír, Szénhidrát, Só,Cukor

Allergének: 1.Glutén tartalmazó gabonák, 2. Raktétek 3.Tojás 4.Hal 5.Földimogyoró 6.Sója/ab 7.Sója/ 7.Tej 8.Dió/étek 9.Zeller 10.Mustár 11.Szezammag,12.Kén-dioxid, 13.Csillagfű,14.Puhatestűk,15.Kálium-metabiszulfid*/Nátrium-metabiszulfid
* A héj fogyasztásra alkalmatlan

Készítette: Rátódi Istváné Ételmezővezető

Ellenőrizte: intézményvezető