



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Tej-tojás-szója-mogyoró-dió F

13. hét (2025-03-24 - 2025-03-30)

Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.03.24.	Kedd 2025.03.25.	Szerda 2025.03.26.	Csütörtök 2025.03.27.	Péntek 2025.03.28.
Tízórai	<p>parízi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle (1) Citromos tea normál</p> <p>Mini sertés energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.822 kcal, zsír: 5.460 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,000 g, fehérje (össz): 3,570 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g citrusos tea normál</p>	<p>parízi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle (1) rizstej</p> <p>Mini sertés energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.822 kcal, zsír: 5.460 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,000 g, fehérje (össz): 3,570 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g rizstej energia (Joule): 308.000 kJ, energia (kalória): 73.874 kcal, zsír: 2,000 g, szénhidrát: 24,400 g, cukor: 10,000 g, só: 0,200 g, fehérje (össz): 3,600 g citrusos tea normál</p>	<p>zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle (1) uborka Citrusos tea normál</p> <p>zala felvágott energia (Joule): 407.200 kJ, energia (kalória): 97.874 kcal, zsír: 5,570 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,000 g, fehérje (össz): 3,900 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g uborka energia (Joule): 14.700 kJ, energia (kalória): 3.511 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, só: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g citrusos tea normál</p>	<p>soproni felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle (1) rizstej</p> <p>Soproni felvágott energia (Joule): 452.400 kJ, energia (kalória): 108.054 kcal, zsír: 10,000 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,000 g, fehérje (össz): 3,150 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g rizstej energia (Joule): 308.000 kJ, energia (kalória): 73.874 kcal, zsír: 2,000 g, szénhidrát: 24,400 g, cukor: 10,000 g, só: 0,200 g, fehérje (össz): 3,600 g citrusos tea normál</p>	<p>farmi felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle (1) Citrusos tea normál</p> <p>farmi felvágott energia (Joule): 418.300 kJ, energia (kalória): 100.000 kcal, zsír: 15,000 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,000 g, fehérje (össz): 3,150 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g citrusos tea normál</p>
Ebéd	<p>Sertésraguleves (9l) energia (Joule): 787.876 kJ, energia (kalória): 188.226 kcal, zsír: 19,308 g, szénhidrát: 10,535 g, cukor: 3,392 g, só: 1,848 g, fehérje (össz): 8,800 mg, fehérje (össz): 8,800 g Káposztás kocka GM energia (Joule): 3376.000 kJ, energia (kalória): 806.876 kcal, zsír: 28,388 g, szénhidrát: 14,807 g, cukor: 122,148 g, só: 31,970 g, só: 0,217 g, kalcium: 330,910 mg, telített zsírsav: 0,240 g, fehérje (össz): 8,000 g alma energia (Joule): 216.100 kJ, energia (kalória): 52.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 10,500 g, cukor: 10,500 g, só: 0,000 g, fehérje (össz): 0,800 g</p>	<p>Alföldi húsvéles GM (9l) Zöldborsó főzelék TM. (1l) Sült hús vizes zsemle (1)</p> <p>Alföldi húsvéles GM (9l) energia (Joule): 327.200 kJ, energia (kalória): 78.173 kcal, zsír: 0,257 g, szénhidrát: 0,047 g, szénhidrát: 16,627 g, cukor: 3,101 g, só: 0,482 g, kalcium: 3,360 mg, telített zsírsav: 0,000 g, fehérje (össz): 7,730 g Zöldborsó főzelék TM (1l) energia (Joule): 1281.440 kJ, energia (kalória): 308.338 kcal, zsír: 9,850 g, szénhidrát: 7,224 g, szénhidrát: 47,190 g, cukor: 4,909 g, só: 0,275 g, kalcium: 127,580 mg, telített zsírsav: 0,160 g, fehérje (össz): 10,540 g sült hús energia (Joule): 90.000 mg vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g</p>	<p>Zelleres burgonyaleves TM (1l) Pulyka ragu Orsó tészta Gluténm. vegyes vágott savanyúság</p> <p>Zelleres burgonyaleves TM (1l) energia (Joule): 1097.321 kJ, energia (kalória): 262.051 kcal, zsír: 2,449 g, szénhidrát: 7,392 g, szénhidrát: 40,205 g, cukor: 1,384 g, só: 0,040 g, kalcium: 10,200 mg, fehérje (össz): 5,017 g Pulyka ragu energia (Joule): 1181.000 kJ, energia (kalória): 284.666 kcal, zsír: 22,064 g, szénhidrát: 1,668 g, szénhidrát: 12,797 g, cukor: 0,778 g, só: 0,127 g, telített zsírsav: 0,192 g, fehérje (össz): 5,107 g Orsó tészta Gluténm. energia (Joule): 1468.123 kJ, energia (kalória): 350.606 kcal, zsír: 3,211 g, szénhidrát: 2,173 g, szénhidrát: 72,797 g, cukor: 0,778 g, só: 0,127 g, telített zsírsav: 0,192 g, fehérje (össz): 5,107 g vegyes vágott savanyúság energia (Joule): 18.400 kJ, energia (kalória): 4.395 kcal, zsír: 0,040 g, szénhidrát: 0,100 g, fehérje (össz): 0,100 g</p>	<p>Hüsgombóc leves Tojásmentes (1l, 9l) Nudli (1l)</p> <p>Hüsgombóc leves Tojásmentes (1l, 9l) energia (Joule): 1142.197 kJ, energia (kalória): 273.808 kcal, zsír: 13,143 g, szénhidrát: 9,714 g, szénhidrát: 9,705 g, cukor: 1,819 g, só: 0,027 g, kalcium: 13,200 mg, fehérje (össz): 8,827 g Nudli (1l) energia (Joule): 438.818 kJ, energia (kalória): 104.826 kcal, zsír: 29,647 g, szénhidrát: 1,452 g, szénhidrát: 175,964 g, cukor: 11,568 g, só: 0,380 g, kalcium: 0,672 mg, fehérje (össz): 24,868 g</p>	<p>Gombaleves gy. (1l, 12l) Rántott halfilé Tojásmentes (1l, 4l) Főtt burgonya</p> <p>Gombaleves gy. (1l, 12l) energia (Joule): 830.813 kJ, energia (kalória): 198.067 kcal, zsír: 8,308 g, szénhidrát: 7,286 g, szénhidrát: 13,045 g, cukor: 1,946 g, só: 0,066 g, kalcium: 28,400 mg, fehérje (össz): 5,209 g Rántott halfilé Tojásmentes (1l, 4l) energia (Joule): 620.380 kJ, energia (kalória): 148.887 kcal, zsír: 133.940 g, szénhidrát: 118,018 g, szénhidrát: 37,218 g, só: 1,981 g, fehérje (össz): 18,848 g Főtt burgonya energia (Joule): 1410.940 kJ, energia (kalória): 338.974 kcal, zsír: 0,720 g, szénhidrát: 2,038 g, szénhidrát: 72,000 g, só: 0,780 g, kalcium: 43,200 mg, fehérje (össz): 9,000 g</p>
Uzsonna	<p>kenőmájás mini margarin-10g-os vizes zsemle (1)</p> <p>kenőmájás energia (Joule): 986.700 kJ, energia (kalória): 236.911 kcal, zsír: 6,510 g, szénhidrát: 7,486 g, szénhidrát: 5,000 g, só: 0,528 g, kalcium: 47,200 mg, fehérje (össz): 4,770 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g</p>	<p>mini margarin-10g-os vizes zsemle (1)</p> <p>mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g</p>	<p>vegyes virágmez mini mini margarin-10g-os vizes zsemle (1)</p> <p>vegyes virágmez mini energia (Joule): 342.000 kJ, energia (kalória): 81.990 kcal, szénhidrát: 25,810 g, cukor: 30,200 g, kalcium: 10,000 mg, fehérje (össz): 0,075 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g</p>	<p>tv paprika mini margarin-10g-os vizes zsemle (1)</p> <p>tv paprika energia (Joule): 35.200 kJ, energia (kalória): 8.408 kcal, szénhidrát: 0,000 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, kalcium: 0,300 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g</p>	<p>diócsomag szalámi mini margarin-10g-os vizes zsemle (1)</p> <p>diócsomag szalámi energia (Joule): 941.800 kJ, energia (kalória): 226.407 kcal, zsír: 11,400 g, szénhidrát: 0,000 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, kalcium: 0,000 g mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,790 g, szénhidrát: 0,000 g, só: 0,010 g, fehérje (össz): 0,500 g vizes zsemle (1) energia (Joule): 459.100 kJ, energia (kalória): 109.090 kcal, zsír: 0,000 g, szénhidrát: 21,295 g, cukor: 14,070 g, só: 0,360 g, fehérje (össz): 3,940 g</p>

Élettani értékek összesítve	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	<p>energia (Joule): 6582.4114 kJ energia (kalória): 1572.1832 kcal zsír: 62.3380 g szénhidrát: 210.5410 g cukor: 76.6480 g só: 3.7885 g kalcium: 330.2080 mg telített zsírsav: 0.2400 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 33.8860 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 4772.1894 kJ energia (kalória): 1139.8169 kcal zsír: 33.0970 g szénhidrát: 153.5260 g cukor: 17.1010 g só: 4.5425 g kalcium: 369.1600 mg telített zsírsav: 0.5920 g fehérje (össz): 50.6590 g tejkalcium: 336.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 5967.3424 kJ energia (kalória): 1425.2737 kcal zsír: 43.6290 g szénhidrát: 29.7330 g szénhidrát: 212.2920 g cukor: 56.4550 g só: 3.3520 g kalcium: 35.0980 mg telített zsírsav: 0.1920 g koleszterin: 54.0000 mg fehérje (össz): 38.5090 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 7494.6684 kJ energia (kalória): 1790.0708 kcal zsír: 55.1340 g szénhidrát: 14.4710 g szénhidrát: 253.2150 g cukor: 23.9530 g só: 3.4700 g kalcium: 253.5920 mg telített zsírsav: 0.4000 g fehérje (össz): 46.1210 g tejkalcium: 240.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 10931.6804 kJ energia (kalória): 2610.9877 kcal zsír: 170.7850 g szénhidrát: 124.1740 g szénhidrát: 197.2550 g cukor: 34.3260 g só: 4.2470 g kalcium: 73.3980 mg fehérje (össz): 73.4440 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>

1	Glutén tartalmazó gabona és azokból készült termékek	2	Rákfélék és azokból készült termékek	3	Tojás és abból készült termékek	4	Halak és azokból készült termékek
5	Földimogyoró és abból készült termékek	6	Szójabab és abból készült termékek	7	Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)	8	Diófélék és azokból készült termékek
9	Zeller és abból készült termékek	10	Mustár és abból készült termékek	11	Szezám és abból készült termékek	12	Kán-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok
13	Csillagfűrt és a belőle készült termékek	14	Puhatestűek és a belőlük készült termékek				

Intézményvezető:

Dietetikus:

Shakács:

Élelmezésvezető:



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Tej-tojás-csirkehúsmentes F

13. hét (2025-03-24 - 2025-03-30)

Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.03.24.	Kedd 2025.03.25.	Szerda 2025.03.26.	Csütörtök 2025.03.27.	Péntek 2025.03.28.
Tízórai	<p>parizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} Citromos tea normál</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>parizsi sertés mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} rizstej</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>zala felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} uborka Citromos tea normál</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>soproni felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} rizstej</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>farmer felvágott mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} Citromos tea normál</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>
Ébred	<p>Sertésraguleves {9} Káposztás kocka GM alma</p> <p>energia (Joule): 757.976 kJ, energia (kalória): 180.259 kcal, zsír: 10.308 g, szénhidrát: 10.175 g, szénhidrát: 10.175 g, cukor: 1.947 g, só: 0.859 g, kalcium: 8.800 mg, fehérje (össz): 8.800 g</p>	<p>Alföldi húsoleves GM {9} Zöldborsó főzelék TM. {1} Sült hús vizes zsemle {1}</p> <p>energia (Joule): 757.976 kJ, energia (kalória): 180.259 kcal, zsír: 10.308 g, szénhidrát: 10.175 g, szénhidrát: 10.175 g, cukor: 1.947 g, só: 0.859 g, kalcium: 8.800 mg, fehérje (össz): 8.800 g</p>	<p>Zelleres burgonyaleves TM {1} Sült hús Orsó tészta Gluténm. vegyes vágott savanyúság</p> <p>energia (Joule): 757.976 kJ, energia (kalória): 180.259 kcal, zsír: 10.308 g, szénhidrát: 10.175 g, szénhidrát: 10.175 g, cukor: 1.947 g, só: 0.859 g, kalcium: 8.800 mg, fehérje (össz): 8.800 g</p>	<p>Húsgombóc leves Tojásmentes {1, 9} Nudli {1}</p> <p>energia (Joule): 757.976 kJ, energia (kalória): 180.259 kcal, zsír: 10.308 g, szénhidrát: 10.175 g, szénhidrát: 10.175 g, cukor: 1.947 g, só: 0.859 g, kalcium: 8.800 mg, fehérje (össz): 8.800 g</p>	<p>Gombaleves gy. {1, 12} Rántott halfilé Tojásmentes {1, 4} Főtt burgonya</p> <p>energia (Joule): 757.976 kJ, energia (kalória): 180.259 kcal, zsír: 10.308 g, szénhidrát: 10.175 g, szénhidrát: 10.175 g, cukor: 1.947 g, só: 0.859 g, kalcium: 8.800 mg, fehérje (össz): 8.800 g</p>
Uzsonna	<p>kenőmájas mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>mini margarin-10g-os vizes zsemle {1} tv paprika</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>vegyes virágméz mini mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>tv paprika mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>	<p>diókezelemes szalámi mini margarin-10g-os vizes zsemle {1}</p> <p>energia (Joule): 278.000 kJ, energia (kalória): 66.622 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0.000 g, szénhidrát: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g, só: 0.000 g</p>

Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 6582.4114 kJ energia (kalória): 1572.1832 kcal zsír: 62.3380 g zsírsav: 33.1700 g szénhidrát: 210.5410 g cukor: 76.6480 g só: 3.7885 g kalcium: 330.2080 mg telített zsírsav: 0.2400 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 33.8860 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 4772.1894 kJ energia (kalória): 1139.8169 kcal zsír: 33.0970 g zsírsav: 9.4770 g szénhidrát: 153.5260 g cukor: 17.1010 g só: 4.5425 g kalcium: 369.1600 mg telített zsírsav: 0.5920 g fehérje (össz): 50.6590 g tejkalcium: 336.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 5582.4834 kJ energia (kalória): 1333.3517 kcal zsír: 31.8190 g zsírsav: 17.4280 g szénhidrát: 209.5890 g cukor: 54.7600 g só: 3.1110 g kalcium: 52.7780 mg telített zsírsav: 0.1920 g fehérje (össz): 44.6140 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 7494.6684 kJ energia (kalória): 1790.0708 kcal zsír: 55.1340 g zsírsav: 14.4710 g szénhidrát: 253.2150 g cukor: 23.9530 g só: 3.4700 g kalcium: 253.5920 mg telített zsírsav: 0.4000 g fehérje (össz): 46.1210 g tejkalcium: 240.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 10931.6804 kJ energia (kalória): 2610.9877 kcal zsír: 170.7850 g zsírsav: 124.1740 g szénhidrát: 197.2550 g cukor: 34.3260 g só: 4.2470 g kalcium: 73.3980 mg fehérje (össz): 73.4440 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>
------------------------------------	--	---	---	--	---

- | | | | | | | | |
|----|---|----|--|----|--|----|--|
| 1 | Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 | Rákkélteljes és azokból készült termékek | 3 | Tojás és abból készült termékek | 4 | Halak és azokból készült termékek |
| 5 | Földimogyoró és abból készült termékek | 6 | Szojabab és abból készült termékek | 7 | Tej és abból készült termékek (belátva a laktózt is) | 8 | Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 | Zeller és abból készült termékek | 10 | Mustár és abból készült termékek | 11 | Szezám és abból készült termékek | 12 | Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13 | Csillagfű és a belőle készült termékek | 14 | Puhatestűk és a belőlük készült termékek | | | | |

Intézményvezető:

Dietetikus:

Szakács:

Élelmezésvezető:



Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Szociális Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: Diabetikus F

13. hét (2025-03-24 - 2025-03-30)

Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.03.24.	Kedd 2025.03.25.	Szerda 2025.03.26.	Csütörtök 2025.03.27.	Péntek 2025.03.28.
Tízórai	<p>· párizsi sertés · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · Citromos tea Diab.</p> <p>energia (Joule): 276.000 kJ, energia (kalória): 66.422 kcal, zsír: 5.480 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 5,570 g · mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · citromos tea Diab. energia (Joule): 438.100 kJ, energia (kalória): 105.469 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>	<p>· Főtt tojás {3!} · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · Citromos tea Diab.</p> <p>energia (Joule): 452.400 kJ, energia (kalória): 108.384 kcal, zsír: 8,000 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 5,570 g · mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · citromos tea Diab. energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>	<p>· zala felvágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · uborka · Citromos tea Diab.</p> <p>energia (Joule): 307.900 kJ, energia (kalória): 73.974 kcal, zsír: 5,970 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 4,480 g · mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · citromos tea Diab. energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>	<p>· soproni felvágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · Citromos tea Diab.</p> <p>energia (Joule): 452.400 kJ, energia (kalória): 108.384 kcal, zsír: 8,000 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 5,570 g · mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · citromos tea Diab. energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>	<p>· farmer felvágott · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · Citromos tea Diab.</p> <p>energia (Joule): 418.200 kJ, energia (kalória): 100.548 kcal, zsír: 8,000 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 5,570 g · mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · citromos tea Diab. energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>
Ebéd	<p>· Sertésraguleves diab. P {1!, 3!, 9!} · Káposztás kocka diab. P. {1!, 3!}</p> <p>energia (Joule): 1847.600 kJ, energia (kalória): 443.178 kcal, zsír: 18.732 g, szénhidrát: 7.246 g, cukor: 4.437 g, cukor: 1.117 g, cukor: 0.384 g, cukor: 22.420 mg, fehérje (össz): 22.367 g · káposztás kocka diab. P. {1!, 3!} energia (Joule): 828.580 kJ, energia (kalória): 198.168 kcal, zsír: 4.908 g, szénhidrát: 8.871 g, cukor: 35.576 g, cukor: 4.704 g, cukor: 0.238 g, cukor: 0.200 mg, fehérje (össz): 3.588 g</p>	<p>· Alföldi húsoleves diab. P {1!, 3!, 9!} · Zöldborsó főzelék diab. P {1!} · Sült hús diab. ó · vizes zsemle {1!}</p> <p>energia (Joule): 1110.070 kJ, energia (kalória): 267.433 kcal, zsír: 0.148 g, szénhidrát: 0.016 g, cukor: 1.148 g, cukor: 0.148 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 0.000 g · zöldborsó főzelék diab. P {1!} energia (Joule): 1042.000 kJ, energia (kalória): 250.844 kcal, zsír: 16.586 g, szénhidrát: 14.487 g, cukor: 10.061 g, cukor: 0.800 g, cukor: 0.174 g, cukor: 0.000 mg, fehérje (össz): 4.914 g · sült hús diab. ó energia (Joule): 1425.000 kJ, energia (kalória): 342.476 kcal, zsír: 25.058 g, szénhidrát: 14.467 g, cukor: 0.460 g, cukor: 0.255 g, cukor: 20.400 mg, fehérje (össz): 25.200 g · vizes zsemle {1!} energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0.832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 3.640 g</p>	<p>· Zelleres burgonyaleves diab. P {1!, 3!, 9!, 12!} · Pulyka ragu · Penne tészta diab. P {1!, 3!}</p> <p>energia (Joule): 431.511 kJ, energia (kalória): 104.741 kcal, zsír: 6.713 g, szénhidrát: 0.061 g, cukor: 0.255 g, cukor: 0.038 g, cukor: 0.000 mg, fehérje (össz): 1.412 g · pulyka ragu energia (Joule): 1191.000 kJ, energia (kalória): 284.585 kcal, zsír: 22.004 g, szénhidrát: 14.501 g, cukor: 3.239 g, cukor: 1.496 g, cukor: 0.865 g, cukor: 54.800 mg, fehérje (össz): 15.760 g · penne tészta diab. P {1!, 3!} energia (Joule): 883.408 kJ, energia (kalória): 212.633 kcal, zsír: 7.267 g, szénhidrát: 5.767 g, cukor: 32.000 g, cukor: 0.173 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 6.200 g</p>	<p>· Húsgombóclevés diab. P {1!, 3!, 9!} · Párolt hal {4!} · Brokkolífőzelék {1!}</p> <p>energia (Joule): 628.000 kJ, energia (kalória): 150.560 kcal, zsír: 3.719 g, szénhidrát: 1.655 g, cukor: 0.800 g, cukor: 0.335 g, cukor: 0.000 mg, fehérje (össz): 5.922 g · párolt hal {4!} energia (Joule): 455.100 kJ, energia (kalória): 108.900 kcal, zsír: 13.384 g, szénhidrát: 0.114 g, cukor: 2.400 g, cukor: 0.000 g, cukor: 0.000 g, fehérje (össz): 36.400 g · brokkolífőzelék {1!} energia (Joule): 891.944 kJ, energia (kalória): 213.570 kcal, zsír: 4.648 g, szénhidrát: 3.949 g, cukor: 18.850 g, cukor: 0.040 g, cukor: 0.156 g, cukor: 216.000 mg, fehérje (össz): 9.830 g</p>	<p>· Gombaleves diab. ó. {1!} · Rántott halfilé diab. P {1!, 3!, 4!} · Főtt burgonya diab. P</p> <p>energia (Joule): 545.277 kJ, energia (kalória): 130.407 kcal, zsír: 11.400 g, szénhidrát: 3.817 g, cukor: 7.300 g, cukor: 0.568 g, cukor: 0.157 g, cukor: 21.600 mg, fehérje (össz): 3.560 g · rántott halfilé diab. P {1!, 3!, 4!} energia (Joule): 590.518 kJ, energia (kalória): 141.946 kcal, zsír: 7.000 g, szénhidrát: 6.113 g, cukor: 18.218 g, cukor: 0.012 g, cukor: 0.482 g, cukor: 0.890 mg, fehérje (össz): 7.140 g · főtt burgonya diab. P energia (Joule): 504.330 kJ, energia (kalória): 121.789 kcal, zsír: 0.289 g, szénhidrát: 0.115 g, cukor: 28.800 g, cukor: 0.079 g, cukor: 17.200 mg, fehérje (össz): 5.600 g</p>
Uzsonna	<p>· kenőmájás · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!}</p> <p>energia (Joule): 366.700 kJ, energia (kalória): 88.111 kcal, zsír: 8.810 g, szénhidrát: 7.400 g, cukor: 0.000 g, cukor: 0.420 g, cukor: 0.700 g, cukor: 4.770 g · mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · vizes zsemle {1!} energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>	<p>· mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · tv paprika</p> <p>energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · vizes zsemle {1!} energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g · tv paprika energia (Joule): 35.388 kJ, energia (kalória): 8.416 kcal, szénhidrát: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g</p>	<p>· mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!}</p> <p>energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · vizes zsemle {1!} energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>	<p>· mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!} · tv paprika</p> <p>energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · vizes zsemle {1!} energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g · tv paprika energia (Joule): 35.388 kJ, energia (kalória): 8.416 kcal, szénhidrát: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g</p>	<p>· diákcsernege szalámi · mini margarin-10g-os · vizes zsemle {1!}</p> <p>energia (Joule): 541.800 kJ, energia (kalória): 129.407 kcal, zsír: 11.400 g, szénhidrát: 3.817 g, cukor: 7.300 g, cukor: 0.568 g, cukor: 0.157 g, cukor: 21.600 mg, fehérje (össz): 3.560 g · mini margarin-10g-os energia (Joule): 30.867 kJ, energia (kalória): 7.370 kcal, zsír: 0,700 g, szénhidrát: 0,000 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 0,000 g · vizes zsemle {1!} energia (Joule): 458.100 kJ, energia (kalória): 109.898 kcal, zsír: 0,832 g, szénhidrát: 21.298 g, cukor: 0,000 g, fehérje (össz): 3,640 g</p>

Élettani értékek összesítve	energia (Joule): 4439.7034 kJ energia (kalória): 1060.4049 kcal zsír: 38.6750 g zsírsav: 18.4020 g szénhidrát: 86.8880 g cukor: 6.1910 g só: 3.6345 g kalcium: 74.8060 mg koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 43.4630 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 4626.4574 kJ energia (kalória): 1105.0084 kcal zsír: 56.1200 g zsírsav: 36.3570 g szénhidrát: 90.4600 g cukor: 2.7950 g só: 2.9950 g kalcium: 79.3740 mg telített zsírsav: 0.0320 g fehérje (össz): 54.6260 g tejkalcium: 19.4400 mg	energia (Joule): 3796.4664 kJ energia (kalória): 906.7696 kcal zsír: 45.9090 g zsírsav: 31.9190 g szénhidrát: 87.9050 g cukor: 2.6900 g só: 3.3570 g kalcium: 12.2960 mg koleszterin: 54.0000 mg fehérje (össz): 34.7620 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 3662.4004 kJ energia (kalória): 874.7478 kcal zsír: 35.5160 g zsírsav: 17.7630 g szénhidrát: 73.6480 g cukor: 6.5100 g só: 3.3760 g kalcium: 287.2560 mg fehérje (össz): 62.0100 g tejkalcium: 0.2400 mg	energia (Joule): 3620.0884 kJ energia (kalória): 864.6417 kcal zsír: 40.2590 g zsírsav: 9.8450 g szénhidrát: 89.3410 g cukor: 0.7500 g só: 2.3080 g kalcium: 40.7660 mg fehérje (össz): 33.6900 g tejkalcium: 0.2400 mg
-----------------------------	---	---	--	--	--

- | | | | | | | | |
|----|---|----|---|----|---|----|--|
| 1 | Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2 | Rákfélék és azokból készült termékek | 3 | Tojás és abból készült termékek | 4 | Halak és azokból készült termékek |
| 5 | Földimogyoró és abból készült termékek | 6 | Szójabab és abból készült termékek | 7 | Tej és abból készült termékek (belértve a laktózt is) | 8 | Diófélék és azokból készült termékek |
| 9 | Zeller és abból készült termékek | 10 | Mustár és abból készült termékek | 11 | Szezám és abból készült termékek | 12 | Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13 | Csillagfürt és a belőle készült termékek | 14 | Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | | | |

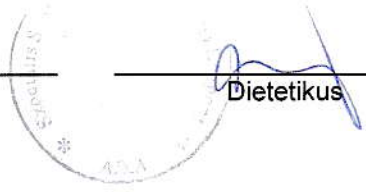
Intézményvezető:

Dietetikus:

Shakács:

Élelmézésvezető:

Dr. Balogh István
Intézményvezető



Dietetikus

Fül
Szakács

Bot
Élelmezésvezető

si
si
si
si
si
si
si
si

- | | | | |
|--|--|---|---|
| 1  Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek | 2  Rákfélék és azokból készült termékek | 3  Tojás és abból készült termékek | 4  Halak és azokból készült termékek |
| 5  Földimogyoró és abból készült termékek | 6  Szójabab és abból készült termékek | 7  Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is) | 8  Diófélék és azokból készült termékek |
| 9  Zeller és abból készült termékek | 10  Mustár és abból készült termékek | 11  Szezámmag és abból készült termékek | 12  Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok |
| 13  Csillagfűrt és a belőle készült termékek | 14  Puhatestűek és a belőlük készült termékek | | |

Dr. Kóczy László

Intézményvezető

[Signature]

Dietetikus

[Signature]

Szakács

[Signature]

Élelmezésvezető





Sozialis Szolgáltató És Gondozási Központ

Adószám: 15431356-2-19

Sozialis Szolgáltató És Gondozási Központ

Menü: **Tej-gluténmentes F**

13. hét (2025-03-24 - 2025-03-30)

Étlap

Korosztály: Felső (11-14 év)

Étkezés	Hétfő 2025.03.24.	Kedd 2025.03.25.	Szerda 2025.03.26.	Csütörtök 2025.03.27.	Péntek 2025.03.28.
Tízóra	<p>szertés mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p>Citromos tea normál</p>	<p>Főtt tojás (3f) mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p>rizstej</p>	<p>zala felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p>uborka</p> <p>Citromos tea normál</p>	<p>soproni felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p>rizstej</p>	<p>szertés felvágott mini margarin-10g-os Gluténmentes kenyér R</p> <ul style="list-style-type: none"> - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p>Citromos tea normál</p>
Ebéd	<ul style="list-style-type: none"> - Sertésraguleves (9f) - Káposztás kocka GM - alma 	<ul style="list-style-type: none"> - Alföldi húsoleves GM (9f) - Zoldborsó főzelék - TM.Gluténm. (9f) - Sült hús - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> - Zelleres burgonyaleves - Tej-gluténm. (9f) - Pulyka ragu - Orsó teszta Gluténm. - vegyes vágott savanyúság 	<ul style="list-style-type: none"> - Húsgombóc leves GM (3f, 9f) - Izes metélt Gluténm. 	<ul style="list-style-type: none"> - Gombaleves Gluténm. - Rántott halfilé Gluténm. (3f, 4f) - Főtt burgonya
Uzsonna	<ul style="list-style-type: none"> - kenyérmájas - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék <p>tv paprika</p>	<ul style="list-style-type: none"> - vegyes virágméz mini - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> - tv paprika - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék 	<ul style="list-style-type: none"> - diákemleget szalámi - mini margarin-10g-os - Gluténmentes kenyér R - só - gluténmentes kenyérpör - gluténmentes kenyérliszt - élesztő* - mindenmentes lisztkeverék

Élettani értékek összesítő	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
	<p>energia (Joule): 6828.2374 kJ energia (kalória): 1630.8982 kcal zsír: 61.2220 g zsírsav: 33.1700 g szénhidrát: 372.8550 g cukor: 89.7920 g só: 2.3085 g kalcium: 332.0000 mg telített zsírsav: 0.3400 g koleszterin: 67.2000 mg fehérje (össz): 31.1460 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 4847.4964 kJ energia (kalória): 1157.8059 kcal zsír: 30.3170 g zsírsav: 13.2680 g szénhidrát: 388.3990 g cukor: 36.8300 g só: 2.4380 g kalcium: 297.5740 mg telített zsírsav: 0.5890 g fehérje (össz): 52.2800 g tejkalcium: 240.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 6017.5444 kJ energia (kalória): 1437.2657 kcal zsír: 42.4540 g zsírsav: 29.7030 g szénhidrát: 369.0410 g cukor: 71.5410 g só: 2.5600 g kalcium: 46.0900 mg telített zsírsav: 0.2950 g koleszterin: 54.0000 mg fehérje (össz): 34.7740 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 5582.0184 kJ energia (kalória): 1333.2438 kcal zsír: 30.5910 g zsírsav: 13.9450 g szénhidrát: 356.4540 g cukor: 30.2210 g só: 1.7950 g kalcium: 261.0320 mg telített zsírsav: 0.7400 g fehérje (össz): 26.3560 g tejkalcium: 240.2400 mg</p>	<p>energia (Joule): 10895.4694 kJ energia (kalória): 2602.3397 kcal zsír: 164.0920 g zsírsav: 118.4940 g szénhidrát: 366.5210 g cukor: 47.0990 g só: 2.6600 g kalcium: 99.4300 mg telített zsírsav: 0.1100 g fehérje (össz): 76.8260 g tejkalcium: 0.2400 mg</p>

- 1 Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek
- 2 Rákfélék és azokból készült termékek
- 3 Tojás és abból készült termékek
- 4 Halak és azokból készült termékek
- 5 Földimogyoró és abból készült termékek
- 6 Szójabab és abból készült termékek
- 7 Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)
- 8 Diófélék és azokból készült termékek
- 9 Zeller és abból készült termékek
- 10 Mustár és abból készült termékek
- 11 Szezámmag és abból készült termékek
- 12 Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitok
- 13 Csillagfűrt és a belőle készült termékek
- 14 Puhatestűek és a belőlük készült termékek



[Handwritten signature]
 Intézményvezető

[Handwritten signature]
 Dietetikus

[Handwritten signature]
 Szakács

[Handwritten signature]
 Élelmézésvezető