

**ÉTELÉRZÉS 4400 Nyíregyháza, Dugonics u.7.**

Szociális étkeztetésben közreműködő intézmény:

**Görögút Szeretetszolgálat**

4400 Nyíregyháza, Szentháromság tér1.

Érdeklődni: 06 42/710 455

További információ: 06 31/782 32 35



Név:
Cím:
Tel.:
VÉLEMÉNY A SZOLGÁLTATÁSRÓL (ha építő jellegű kritikája, dicsérete van, ide írhatja)

Hétfő 2.	Kedd 3.	Szerda 4.	Csütörtök 5.	Péntek 6.	Szombat 7.
Hétfő 9.	Kedd 10.	Szerda 11.	Csütörtök 12.	Péntek 13.	Szombat 14.

**MÁRCIUS**A rendelni kívánt menü betűjelét,  
írja a megfelelő rubrikába. ("A", "B", "C", "D")**2026****MÁRCIUS****06 31 782 3235****06 42 710 455****Étlap 2026.03.02. - 2026.03.07.**

	Leves	"A" menü	"B" menü	„C” menü	"D" menü
Hétfő 2.	Sárgaborsóleves 1	Rántott karaj, rizi-bizi 1,3	Halpörkölt, főtt burgonya 1	Szemesbabfőzelék, sertéspörkölt 1,4	Tavaszi zöldségleves Sonkás-brokkolis lasagna 1,3,4
Kedd 3.	Tarhonyaleves 1,3	Töltött káposzta 1,3	Lecsós csirke, nokedli 1,3,7	Finom főzelék , füstölt, főtt csülökpástétom 1,7	Daragaluska leves Roston karaj, zöldbors mártás, jázmin rizs 1,3
Szerda 4.	Karfiolleves 1,3,7	Pásztortarhonya 1	Cigánypecsenye, tepsis burgonya 1	Sült kolbász Lencse és sárgaborsó mix főzelék 1,10	Fahéjas almaleves Gombapörkölt, durum tészta 1,3,7
Csütörtök 5.	Vegyes gyümölcsleves 1,7	Hurka, petrezselymes tört burgonya 1,3	Bakonyi sertéspaprikás Főtt tészta 1,3,7	Rozmaringos pulykarolád Zöldbabfőzelék 1,7	Burgonyakrémleves Grillezett halfilé, újhagymás kuskusz 1,3,7
Péntek 6.	Kassai burgonyaleves kolbásszal, füstölt hússal 1,7	Csokis-kakaós csiga 1,7	Milánói makaróni 1,3	Kelkáposzta főzelék, sült virsli 1,3,7	Bakonyi tarhonyaleves h.n. Mágyarakás 1,3,7
Szombat 7.	Zöldséges marhaleves csigatésztával 1,3,9	Halfasírt, Párolt rizs, csemegeuborkás tartármártás 1,3,4,9	Paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya 1,3	Csirkepörkölt Tökfőzelék 1,3,7	Brokkoli krémleves Rozmaringos vasalt csirkemell Jázmi rizs Mexikói párolt zöldségek 1,7

**Étlap 2026.03.09. - 2026.03.14.**

	Leves	"A" menü	"B" menü	„C” menü	"D" menü
Hétfő 9.	Zöldséges karfiolleves 1,3	Bajor sertéstokány (sonka, uborka, gomba, tejföl), tészta 1	Rántott pulykamell, kukoricás rizs 1,3	Tejfölös tárkonyos burgonyafőzelék, bélszínroló 1,3,7	Eperkrémleves Majorannás sült csirkecomb, rizi-bizi 1,3,7
Kedd 10.	Karalábéleves 1,7	Sült hekk, petrezselymes burgonya 1,3,4	Tejfölös zúza, tészta 1,3,7	Sárgaborsó főzelék, sült szalonna 1	Pacalleves Csőröge baracklekvárral 1,3,7
Szerda 11.	Májgaluskaleves 1	Túrós csusza tepertővel 1,3,7	Mexikói chilis bab 1	Vadasfőzelék, fasírt 1,3,7	Lebbencsleves Tejbegríz 1,3,7
Csütörtök 12.	Gombaleves csipetkével 1,3,7	Tarhonyáshús 1,3	Rúdfasírt, burgonyapüré 1,3,7	Pulyka májpástétom Royal főzelék 1,3,7	Köszmételeves Grillezett sertéssült, Rizs 1,7
Péntek 13.	Gulyásleves 1,3	Lekváros fánk 1,3,7	Káposztás tészta 1,3,7	Puliszka, pörc 1,3,7	Magyaros karalábéleves Roston halfilé, püré, citromos vajmártás 1,3,4,7
Szombat 14.	Zöldségleves 1,3	Vörösboros marhapörkölt, pirított tarhonya 1,3	Rakott zöldbab 1,7	Fokhagymás spenót pirított csirkecsikók 1,3,7	Daragaluskaleves Tarhonyás sertés java 1,3

# ALLERGIÁT VAGY INTOLERANCIÁT OKOZÓ ANYAGOK ÉS TERMÉKEK

1. Glutént tartalmazó gabonafélék (búza, rozs, árpa, zab, kamut, illetve hibridjeik) és a belőlük készült termékek.
2. Rákfélék és a belőlük készült termékek.
3. Tojás és a belőle készült termékek.
4. Hal és a belőle készült termékek.
5. Földimogyoró és a belőle készült termékek.
6. Szójabab és a belőle készült termékek.
7. Tej és az abból készült termékek (beleértve a laktózt).
8. Diófélék (azaz mandula, mogyoró, dió, kesudió, pekándió, brazil dió, pisztácia, makadámia vagy queenslandi dió)
9. Zeller és a belőle készült termékek.

10. Mustár és a belőle készült termékek.
11. Szezámmag és a belőle készült termékek.
12. Kén-dioxid és az SO<sub>2</sub>-ben kifejezett szulfitok (10 mg/kg(L) összkoncentrációt meghaladó mennyiségben)
13. Csillagfürt és a belőle készült termékek.
14. Puhatestűek és a belőlük készült termékek

Az árubeszerzéstől függően az ételválogatás jogát fenntartjuk. A nyomdai hibákért felelőséget nem vállalunk.

Cégünk felhívja tisztelt ügyfeleink figyelmét, hogy az ételeket a tárgynapon frissen készítjük, a 15 év feletti korcsoport részére, a HACCP minőségbiztosítási rendszer és az ANTSZ ajánlás előírásai alapján. A kézhezvételtől számított 30 percen belül fogyasztandó, lehűlés esetén melegíteni (80 °C kirelírurum) sziveskedjenek. Diétás étkezést nem tudunk biztosítani.

Hétfő 16.	Kedd 17.	Szerda 18.	Csütörtök 19.	Péntek 20.	Szombat 21.
Hétfő 23.	Kedd 24.	Szerda 25.	Csütörtök 26.	Péntek 27.	Szombat 28.
Hétfő 30.	Kedd 31.				

## MÁRCIUS

A rendelni kívánt menü betűjelét, írja a megfelelő rubrikába. ("A", "B", "C", "D")

06 31 782 3235 - 06 42 710 455

2026

MÁRCIUS

KÉRJÜK MEGRENDELÉSÉT 2026.02.13-ig JUTTASSA VISSZA!

### Étlap 2026.03.16. - 2026.03.21.

	Leves	"A" menü	"B" menü	„C” menü	"D" menü
Hétfő 16.	Tanyasi bableves zöldbabból és fejtett babból 1,7	Csirkepörkölt, tészta 1,3	Székelykáposzta, sült császárhús 1,7	Zöldborsófőzelék, fokhagymás csirkeszárny 1,7	Lebbencsleves Tejszínes csirkemell, rizs 1,3,7
Kedd 17.	Fahéjas almaleves 1,7	Roston sült hekk, vajas burgonyapüré 1,3,4,7	Sólet 1,3	Burgonyafőzelék, füstölt, főtt kolbász 1,7	Csontleves, eperlevél illatos omlós csirkemell zöldséges jázmin rizssel 1,3
Szerda 18.	Tavaszi zöldségleves 1,3,9	Sült oldalas, hagymás tört burgonya 1	Lecsós csirkemáj, pirított tarhonya 1,3	Tökfőzelék pirított csikokkal 1,7	Sütőtök krémleves Halrúd, hasábburgonya 1,3,7
Csütörtök 19.	Gombaleves(laska, csiperke, vargánya, róka gomba) 1,3,7	Penne carbonara 1,3,7	BBQ csirkeszárnyak, amerikai káposzta saláta, burgonya 1,3,7	Tört paszuly hagymás szalonnás zsírral 1	Jércemell raguleves Csokis-vanília croissant 1,3,7
Péntek 20.	Ételérzés babgulyás 1,3	Slambuc 1,3	Házi képviselőfánk csokiöntettel 1,3,7	Paradicsomos káposztafőzelék, pulyka vagdalt 1	BurgonyakréMLEves Grill zöldségek, vajas főtt burgonya 1,4,7
Szombat 21.	Zöldborsóleves 1,3	Párizsi sertésszelet, rizibizi 1,3	Fafülgombás zöldséges bambuszos csirke, rizs 1,3,7	Tejszínes sajtos vajbabfőzelék, csirkefalatok 1,3,7	Spenót krémleves Rakott burgonya 1,4,7

### Étlap 2026.03.23. - 2026.03.28.

	Leves	"A" menü	"B" menü	„C” menü	"D" menü
Hétfő 23.	Almaleves 1,7	Gyros tál 1,3,7	Rizses kacsa 1	Lencsefőzelék, roppanós virsli 1,3,7	Francia Hagymaleves Roston csirkemell zöldspárgás bulgur 1,3,7
Kedd 24.	Tejfölös burgonyaleves 1,3	Budapest sertéstokány, tészta 1,3,7	Sült csirkeszárny jóasszony módra, burgonyapüré 1,3	Fejeskáposztafőzelék, stefánia vagdalt 1,3	Nyírségi gombócleves Házi mini kakaós csiga 1,3,7
Szerda 25.	Zöldséges grízgaluska leves 1,3	Zúzapörkölt, tarhonya 1,3	Rakott karfiol 1,3,7	Kapros-tejfölös zöldbabfőzelék, sült debreceni 1,3,7	Alföldi pirított tésztaleves Zöldséges tészta 1,3
Csütörtök 26.	Fokhagyma krémleves, bécsi virsli chips 1,3,7	Rántott sertésszűz, vegyes köret 1,3	Csikóstokány, tészta 1,3,7	Kelbimbófőzelék, füstölt-főtt hús 1,7	Zöldborsó krémleves Zöldséges tonhal saláta 1,3,4
Péntek 27.	Korhely halászlé 1,3,4,7	Tejbenrizs, kakaószórat 1,3,7	Túrós batyu, ízes bukta 1,3,7	Puliszka hagymával 1	Palócleves Brokkolis tészta 1,3
Szombat 28.	Magyaros burgonyaleves 1	Temesvári sertésszelet tésztával 1,3,7	Rántott sajt, hasábburgonya 1,3,7	Paradicsomos gyöngybabfőzelék, grillkolbász 1	Ételérzés zöldségleves Zöldborsós pulykahús, rizs 1,3,4,7

### Étlap 2026.03.30. - 2026.03.31.

	Leves	"A" menü	"B" menü	„C” menü	"D" menü
Hétfő 30.	Köménymaglevés 1,3	Hegyaljai tokány, párolt rizs 1,3,7	Szabolcsi töltött káposzta 1,3	Sertéssült Burgonyafőzelék 1,7	Reszelt tésztaleves Karibi csirkemell (trópusi gyümölcsökkel) rizs 1,3
Kedd 31.	Zöldbableves 1,3,7	Csirkepaprikás, bulgur 1,3	Rakott burgonya 1,3	Sárgaborsófőzelék, sült virsli 1,3,7	SpenótkréMLEves Hekk, sült burgonya 1,3,4,7