

CSABAKONYHA Kft.

AZ ÉTLAPOKAT KÉRJÜK SZERDÁIG VISSZAJUTTATNI!

Székhelye: 5600 Békéscsaba, Luther u. 20. fsz. 2.

Telephely: 5600 Békéscsaba, Kis Tabán utca 2.

Telefon: 06-70-382-3369

AMENNYIBEN SZERDÁIG NEM TUDJA VISSZAJUTTATNI AZ ÉTLAPOT, AZ A MENÜT TUDJUK KISZÁLLÍTANI!

Ha hétköznapokon 12.30-ig, szombaton 11.30-ig nem érkezett meg az ebédje, akkor azt a fenti telefonszámon kérjük, jelezzék!
ÉTLAPTERV SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐKNEK IS! FELHÍVJUK SZÍVES FIGYELMÜKET, HOGY A SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐK CSAK TELJES MENÜRE JOGOSULTAK (LEVES ÉS FŐÉTEL)

Az A, B, C menü (leves és főétel) ára 1850 Ft/adag

Leves ára külön 690 Ft

Főétel ára külön 1300 Ft

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁN A **CSABAKONYHA** CSAPATA

2026.08.03 Hétfő	Töklevés (1,7,3) 360 kcal; zs: 2,52; c: 7,82; f: 2,97; szh: 24,81; só: 4,55
A	Csongrádi töltött karaj (1,3,7) 822 kcal; zs: 69,2; c: 0,05; f: 33; szh: 33; só: 1,78 petrezselymes rizsszel 436 kcal; zs: 1,72; c: 0,02; f: 8,92; szh: 93,33; só: 1,05
B	Debreceni sertéstokány (1,3) 452 kcal; zs: 39; c: 0,89; f: 21,13; szh: 4,23; só: 2,19 tésztakörettel (1,3) 376 kcal; zs: 3,5; c: 0; f: 12,5; szh: 73; só: 1,1
C	Halrudacska (1,3,4) 249 kcal; zs: 10,6; c: 2,04; f: 14,4; szh: 22,8; só: 1,2 törtburgonyával 243 kcal; zs: 5,41; c: 0,06; zs: 0; f: 5,24; szh: 42,36; só: 3,15

2026.08.04. Kedd	Tarhonyaleves (1,3) 270 kcal; zs: 5,78; c: 0,08; f: 6,7; szh: 40,33; só: 4,62
A	Stefánia vagdalt (1,3) 488 kcal; zs: 33,38; c: 0,05; f: 25,2; szh: 21,23; só: 1,05 burgonyafőzelékkel (1,8) 447 kcal; zs: 11,09; c: 15,35; f: 8,62; szh: 75,57; só: 4,2
B	Temesvári csirkeapró (7) 298 kcal; zs: 14,54; c: 0,14; f: 24,12; szh: 4,37; só: 2,1 bulgurral (1,2) 185 kcal; zs: 11,41; c: 0,48; f: 13,53; szh: 83,84; só: 2,1
C	Rántott tök (1,3) 864,86 kcal; zs: 74; f: 12,03; szh: 59,72; só: 3 párolt rizsszel 477 kcal; zs: 5,72; c: 0,04; f: 9,00; szh: 94,29; só: 2,1

2026.08.05. Szerda	Meggyleves (1,7) 304 kcal; zs: 0,71; c: 50,66; f: 2,59; szh: 70,46; só: 3,01 Édesség (1,7) 362 kcal; zs: 2,2; c: 38,5; f: 7,9; szh: 76,3; só: 1,2
A	Rántott halfilé (1,3,11) 554 kcal; zs: 42,87; c: 0,03; f: 27,57; szh: 35,15; só: 1,05 karottás rizsszel 408 kcal; zs: 5,62; c: 0,04; f: 7,58; szh: 79,13; só: 1,89
B	Csopaki csirkeapró 354 kcal; zs: 17,99; c: 0,04; f: 27,08; szh: 6,41; só: 3,1 tésztakörettel (1,3) 363 kcal; zs: 4,19; c: 0; f: 13,5; szh: 70,40; só: 1,00
C	Rakott édeskáposzta (7) 582 kcal; zs: 32,12; c: 0,27; f: 22,76; szh: 49,67; só: 6,01

2026.08.06. Csütörtök	Gombaleves (1,3) 307 kcal zs: 11,45; c: 0,08; f: 12,14; szh: 35,61; só: 4,57 Savanyúság 19 kcal; zs: 0,10; c: 0,20; f: 0,08; szh: 2,4; só: 2
A	Párolt tarja 295 kcal; zs: 19,74; c: 0,07; f: 25,47; szh: 1,61; só: 1,72 lencsefőzelékkel (1,7,10) 408 kcal; zs: 7,04; c: 50,65; f: 20,03; szh: 63,64; só: 3,30
B	Tarhonyáshús 818 kcal; zs: 40,29; c: 0,15; f: 33,25; szh: 83,84; só: 4,18
C	Grill csirkecombfilé 253 kcal; zs: 5,77; c: 0,05; f: 31,45; szh: 1,15; só: 1,72 friss salátával 279 kcal; zs: 3,55; c: 0; f: 2,99; szh: 8,86; só: 0

2026.08.07. Péntek	Palóc leves (1,7) 383 kcal; zs: 18,42; c: 0,22; f: 19,18; szh: 34,87; só: 4,69 Gyümölcs 50 kcal; zs: 0; c: 0; f: 0,64; szh: 11,2; só: 0
A	Ízesbukta (1,3,7) 652 kcal; zs: 13,69; c: 16; f: 19,08; szh: 89,52; só: 0,10
B	Carbonara spagetti (1,3,7) 791 kcal; zs: 23,28; c: 0,09; f: 47,74; szh: 99,02; só: 11,01
C	Marhahúsleves (1,3) 142 kcal; zs: 1,17; c: 0,09; f: 5,73; szh: 26,94; só: 6,00 Sajtos-paprikás csirkemell (7) 229 kcal; zs: 11,75; c: 0,06; f: 28,17; szh: 2,87; só: 2,05 párolt rizsszel 477 kcal; zs: 5,72; c: 0,04; f: 9; szh: 94,29; só: 2,1

Ha szállításkor ételünket nem tudja elfogyasztani, úgy kérjük azokat hűtőben tárolják, majd fogyasztás előtt minimum 4 percig forralni szíveskedjen.

Jelmagyarázat: zs.: zsír tartalom; c.: cukor tartalom; f.: fehérje tartalom; szh.: szénhidrát tartalom. Az értékek grammban értendők!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén anyag tartalma megtalálható az ételek alatt zárójelben:

1: Glutén 2: Rákfélék, 3: Tojás és tojáskevertételek 4: Halak és azokból készült ételek 5: Földimogyoró, 6: Szója 7: Tej és abból készült termékek

8: Diófélék (kesudió, dió, mandula stb) 9: Zeller és abból készített termékek 10: Mustár és abból készült termékek 11: Szezámag és abból készült termékek, 12: Kén-dioxid, 13: Csillagfűrt, 14: Puhatestűek

Alulírott ellátást igénylő vállalom, hogy a saját ételhordómat otthon tisztítom és fertőtlenítem.

NÉV: _____ TELEFONSZÁM: _____

CÍM: _____

CSABAKONYHA Kft.

Székhelye: 5600 Békéscsaba, Luther u. 20. fsz. 2.

Telephely: 5600 Békéscsaba, Kis Tabán utca 2.

Telefon: 06-70-382-3369

AZ ÉTLAPOKAT KÉRJÜK SZERDÁIG VISSZAJUTTATNI!

AMENNYIBEN SZERDÁIG NEM TUDJA VISSZAJUTTATNI AZ ÉTLAPOT, AZ A MENÜT TUDJUK KISZÁLLÍTANI!

Ha hétköznapokon 12.30-ig, szombaton 11.30-ig nem érkezett meg az ebédje, akkor azt a fenti telefonszámon kérjük, jelezzék!
**ÉTLAPTERV SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐKNEK IS! FELHÍVJUK SZÍVES FIGYELMÜKET,
HOGY A SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐK CSAK TELJES MENÜRE JOGOSULTAK (LEVES ÉS
FŐÉTEL)**

Az A, B, C menü (leves és főétel) ára 1850 Ft/adag

Leves ára külön 690 Ft

Főétel ára külön 1300 Ft

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁN A **CSABAKONYHA** CSAPATA

2026.08.10. Hétfő	Paradicsomleves (1,9) 278 kcal; zs. 0,67; c. 40,17; f. 7,83; szh. 72,61; só 4,06
A	Bakonyi csirkeapró (7) 346 kcal; zs. 18,31; c. 0,16; f. 26,05; szh. 4,8; só 3,1 tésztakörettel (1,3) 392 kcal; zs. 3,81; c. 0; f. 14,85; szh. 77,44; só 1,00
B	Hawaii sertésborda 348 kcal; zs. 21,74; c. 0,05; f. 25,44; szh. 9,64; só 2,22 mazsolás rizzsel 484 kcal; zs. 10,64; c. 0 f. 8,14; szh. 85,28; só 3,00
C	Finom füves csirkemell 317 kcal; zs. 21,19; c. 0,10; f. 27,57; szh. 1,7; só 3,05 párolt zöldséggel 306 kcal; zs. 9,76; c. 0,07; f. 12,83; szh. 40,49; só 2,38

2026.08.11. Kedd	Tavaszi zöldségleves (1,3,9) 178 kcal; zs. 1,42; c. 0,40; f. 8,61; szh. 31,89; só 4,51 Befőtt 92 kcal; zs: 0; c: 0; f: 0,40; szh: 21,90; só: 0
A	Rántott csirkeszárny (1,3) 262 kcal; zs. 9,57; c. 0,04; f. 20,10; szh. 45,40; só 1,10 almamártással és (1,7) 386 kcal; zs. 0,67; c. 50,08; f. 4,41; szh. 88,44; só 2,00 pirított darával (1,3) 343 kcal; zs: 10,58; c: 10,00; f: 5,64; szh: 54,04; aó: 0,50
B	Pincepörkölt 388 kcal; zs. 25,77; c. 0,31; f. 24,99; szh. 8,01; só 2,70 párolt tarhonyával (1,3) 415 kcal; zs. 6,31; c. 0,05 f. 14,85; szh. 78,02; só 1,62
C	Orly bundás sertésborda (1,3,) 807 kcal; zs. 58,79; c. 0,08; f. 25,02; szh. 32,19; só 2,24 petrezselymes burgonyával 362 kcal; zs. 8,53; c. 0,04; f. 7,86; szh. 61,22; só 2,1

2026.08.12. Szerda	Erdei gyümölcsleves (1,7) 267 kcal zs. 1,19; c. 46,00; f. 3,08; szh. 56,42; só 3,51 Édesség (1,3,7) 140 kcal; zs. 14,97; c. 28,52; f. 9,8; szh. 70,7; só 2
A	Paprikás burgonya (1,3) 828 kcal; zs. 36,62; c. 0,18; f. 29,92; szh. 87,23; só 5,92
B	Badacsonyi csirkeapró (1,7) 334 kcal; zs. 15,89; c. 0,09; f. 26,33; szh. 6,96; só 2,10 tésztakörettel (1,3) 396 kcal; zs: 4,31; c: 0; f: 14,85; szh: 77,44; só: 1,00
C	Fokhagymás halfilé (1,3,4) 769 kcal; zs. 62,15; c. 0,05; f. 29,75; szh. 36,13; só 1,05 karottás rizzsel 408 kcal; zs. 5,62; c. 0,04; f. 7,58; szh. 79,13; só 1,89

2026.08.13. Csütörtök	Pirított tészta leves (1,3,9) 181 kcal; zs. 6,43; c. 0,09; f. 5,75; szh. 25,29; só 4,53
A	Sült csülök 552 kcal; zs. 46; c. 0,07; f. 24,75; szh. 4,9; só 1,72 fehérbab főzelékkel (1,7) 330 kcal; zs. 1,20; c. 10,28; f. 16,50; szh. 62,87; só 3,68
B	Majoránnás csirkeapró (7) 257 kcal; zs. 10,86; c. 0,15; f. 23,29; szh. 2,76; só 3,15 kuszkuossal 135 kcal; zs. 10,75; f. 1,43; szh. 8,73; só 3,15
C	Lecsós sertésszelet 403 kcal; zs. 29,80; c. 0,14; f. 18,74; szh. 13,88; só 3,87 párolt rizzsel 477 kcal; zs: 5,72; c: 0,04; f: 9,00; szh: 94,29; só: 2,1

2026.08.14. Péntek	Szegedi csirkegulyás leves (1,3) 483 kcal zs. 12,15; c. 0,13; f. 26,19, szh. 54,75; só 4,68 Gyümölcs 50 kcal; zs: 0; c: 0; f: 0,64; szh. 11,2; só 0
A	Prézlis metélt (1,3) 609 kcal; zs. 90,62; c. 25,40; f. 8,85; szh. 137,71; só 3,06
B	Dél-olasz rakott tészta (1,3,7) 1310 kcal zs. 50,53; c. 23,42; f. 46,85; szh. 133,63; só 8,22
C	Csontleves (1,8) 122 kcal; zs. 0,98; c. 0,09; f. 4,91; szh. 23,16; só 5,71 Pikáns sertésborda (1,7,10) 584 kcal; zs. 51,99; c. 0,67; f. 24,40; szh. 12,20; só 2,97 burgonyapürével 378 kcal; zs. 9,10; c. 0,06; f. 8,89; szh. 62,84; só 3,15

Ha szállításkor ételinket nem tudja elfogyasztani, úgy kérjük azokat hűtőben tárolják, majd fogyasztás előtt minimum 4 percig forralni szíveskedjen.

Jelmagyarázat: zs.: zsir tartalom; c.: cukor tartalom; f.: fehérje tartalom; szh.: szénhidrát tartalom. Az értékek grammban értendők!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén anyag tartalma megtalálható az ételek alatt zárójelben:

1: Glutén 2: Rákfélék, 3: Tojás és tojáskészítmény 4: Halak és azokból készült ételek 5: Földimogyoró, 6: Szója 7: Tej és abból készült termékek
8: Diófélék (kesudió, dió, mandula stb) 9: Zeller és abból készített termékek 10: Mustár és abból készült termékek 11: Szezámag és abból készült termékek, 12: Kén-dioxid, 13: Csillagfűrt, 14: Puhatestűek

Alulírott ellátást igénylő vállalom, hogy a saját ételhordómat otthon tisztítom és fertőtlenítem.

NÉV: _____ TELEFONSZÁM: _____

CÍM: _____

CSABAKONYHA Kft.
Székhelye:5600 Békéscsaba, Luther u. 20. fsz. 2.
Telephely:5600 Békéscsaba, Kis Tabán utca 2.
Telefon: 06-70-382-3369

AZ ÉTLAPOKAT KÉRJÜK SZERDÁIG VISSZAJUTTATNI!

AMENNYIBEN SZERDÁIG NEM TUDJA VISSZAJUTTATNI AZ ÉTLAPOT, AZ A MENÜT TUDJUK KISZÁLLÍTANI!

Ha hétköznapokon 12.30-ig, szombaton 11.30-ig nem érkezett meg az ebédje, akkor azt a fenti telefonszámon kérjük, jelezzék!
ÉTLAPTERV SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐKNEK IS! FELHÍVJUK SZÍVES FIGYELMÜKET, HOGY A SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐK CSAK TELJES MENÜRE JOGOSULTAK (LEVES ÉS FŐÉTEL)

Az A, B, C menü (leves és főétel) ára 1850 Ft/adag
Leves ára külön 690 Ft
Főétel ára külön 1300 Ft

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁN A **CSABAKONYHA** CSAPATA

2026.08.17. Hétfő	Köménymagleves (1) 156 kcal zs. 8,42; c. 0,69; f. 3,11; szh. 17,72; só 4,07
A	Borsos tokány 400 kcal; zs. 33,76; c. 0,04; f. 18,11; szh. 4,95; só 1,10 tésztakörettel (1,3) 376 kcal; zs: 3,5; c: 0; f: 12,5; szh: 73; só: 1,1
B	Sajttal-sonkával töltött sertésborda (1,3) 611 kcal; zs. 48,86; c. 0,05; f. 27,72; szh. 25,04; só 1,72 petrezselymes rizzsel 436 kcal; zs. 1,72; c. 0,02 f. 8,92; szh. 93,33; só 1,05
C	Fűszeres csirkecombfilé 300 kcal; zs. 10,78; c. 0,06; f. 31,50; szh. 1,24; só 2,05 csőben sült burgonyával (1,7) 311 kcal; zs. 26,88; c. 0,07; f. 6,73; szh. 8,59; só 10,17
2026.08.18. Kedd	Zöldborsóleves (1,3) 180 kcal; zs. 0,61; c. 15,09; f. 7,93; szh. 35,76; só 4,95
A	Sertés fasírt (1,3) 631 kcal; zs. 32,46; c. 0,04; f. 23,56; szh. 27,93; só 1,41 tökfőzelékkel (1,7) 318 kcal; zs. 1,16; c. 10,28; f. 9,10; szh. 66,19; só 3,68
B	Sertéspörkölt 403 kcal; zs. 34,12; c. 0,15; f. 18,49; szh. 5,70; só 3,68 tarhonyával 415 kcal; zs. 0,00; c. 0,05; f. 14,85; szh. 78,02; só 1,62 Uborkasaláta 75 kcal; zs. 0,12; c. 15,35; f. 1,2; szh. 17,44; só 1
C	Dubarry csirkemell (7) 380 kcal; zs. 20,21; c. 0,07; f. 32,15; szh. 14,60; só 2,77 párolt rizzsel 477 kcal; zs: 5,72; c: 0,04; f: 9,00; szh: 94,29; só: 2,1
2026.08.19. Szerda	Vegyesgyümölcs leves (1,7) 296 kcal; zs. 11,68; c. 55,50; f. 2,31; szh. 57,26; só 2,51
A	Sokmagvas rántott halfilé (1,3,4,8,11) 379 kcal; zs. 24,51; c. 0,09; f. 26,64; szh. 9,91; só 1,05 hagymás törtburgonyával 346 kcal; zs. 5,63; c. 0,06; f. 7,98; szh. 64,02; só 3,15
B	Budapesti csirkeapró 417 kcal; zs. 21,66; c. 0,04; f. 31,61; szh. 10,01; só 2,31 tésztakörettel (1,3) 363 kcal; zs. 4,19; c. 0; f. 13,5; szh. 70,4; só 1
C	Rakott zöldbab (7) 740 kcal; zs. 31; c. 0,25; f. 26,52; szh. 56,63; só 5,68
2026.08.20. Csütörtök	Ünnep
A	
B	
C	
2026.08.21. Péntek	Ünnep
A	
B	
C	

Ha szállításkor ételeinket nem tudja elfogyasztani, úgy kérjük azokat hűtőben tárolják, majd fogyasztás előtt minimum 4 percig forralni szíveskedjen.

Jelmagyarázat: zs.: zsir tartalom; c.: cukor tartalom; f.: fehérje tartalom; szh.: szénhidrát tartalom. Az értékek grammban értendők!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén anyag tartalma megtalálható az ételek alatt zárójelben:

1: Glutén 2: Rákfélék, 3: Tojás és tojáskészítmény 4: Halak és azokból készült ételek 5: Földimogyoró, 6: Szója 7: Tej és abból készült termékek 8: Diófélék (kesudió, dió, mandula stb) 9: Zeller és abból készített termékek 10: Mustár és abból készült termékek 11: Szezámag és abból készült termékek, 12: Kén-dioxid, 13: Csillagfűrt, 14: Puhatestűek

Alulírott ellátást igénylő vállalom, hogy a saját ételhordómat otthon tisztítom és fertőtlenítem.

NÉV: _____TELEFONSZÁM: _____

CÍM: _____

CSABAKONYHA Kft.

Székhelye: 5600 Békéscsaba, Luther u. 20. fsz. 2.

Telephely: 5600 Békéscsaba, Kis Tabán utca 2.

Telefon: 06-70-382-3369

AZ ÉTLAPOKAT KÉRJÜK SZERDÁIG VISSZAJUTTATNI!

AMENNYIBEN SZERDÁIG NEM TUDJA VISSZAJUTTATNI AZ ÉTLAPOT, AZ A MENÜT TUDJUK KISZÁLLÍTANI!

Ha hétköznapokon 12.30-ig, szombaton 11.30-ig nem érkezett meg az ebédje, akkor azt a fenti telefonszámon kérjük, jelezzék!
**ÉTLAPTERV SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐKNEK IS! FELHÍVJUK SZÍVES FIGYELMÜKET,
HOGY A SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐK CSAK TELJES MENÜRE JOGOSULTAK (LEVES ÉS
FŐÉTEL)**

Az A, B, C menü (leves és főétel) ára 1850 Ft/adag

Leves ára külön 690 Ft

Főétel ára külön 1300 Ft

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁN A **CSABAKONYHA** CSAPATA

<u>2026.08.24.</u> <u>Hétfő</u>	Tojásleves (1,3) 265 kcal; zs. 12,97; c. 0,19; f. 5,82; szh. 19,08; só 3,75
<u>A</u>	Bugaci csirkeapró 511 kcal; zs. 31,95; c. 0,46; f. 30,93; szh. 5,71; só 3,18 tésztakörettel (1,3) 396 kcal; zs. 4,31; c. 0; f. 14,85; szh. 77,44; só: 1,00
<u>B</u>	Kolbásszal és sajttal töltött sertésborda (1,3,7) 961 kcal; zs. 79,45; c. 0,02; f. 34,11; szh. 39,12; só 1,11 párolt rizzzel 477 kcal; zs. 5,72; c. 0,04; f. 9; szh. 94,29; só 2,1
<u>C</u>	Pulykafasírt 217 kcal; zs. 14,77; c. 1,40; f. 17,19; szh. 25,90; só 1,60 karfiolfőzelékkel (1,7) 191 kcal; zs. 1,40; c. 5,06; f. 8,09; szh. 35,80; só 3,15

<u>2026.08.25.</u> <u>Kedd</u>	Burgonyaleves (1,7) 321 kcal; zs. 1,35; c. 0,14; f. 10,20; szh. 65,95; só 4,84
<u>A</u>	Aföldi rántothús (1,3) 720 kcal; zs. 35,44; c. 0,02; f. 26,94; szh. 27,23; só 1,05 zöldborsófőzelékkel (1,7) 308 kcal; zs. 1,21; c. 15,15; f. 13,68; szh. 59,21; só 3,68
<u>B</u>	Paprikás csirkeapró (1,7) 276 kcal; zs. 11,28; c. 0,20; f. 24,37; szh. 6,83; só 4,67 tésztakörettel (1,3) 363 kcal; zs. 4,19; c. 0; f. 13,5; szh. 70,4; só 1
<u>C</u>	Pusztapecsenye (1,3,7) 932 kcal; zs. 69,16; c. 0,17; f. 25,84; szh. 37,42; só 1,72 burgonyapürével (7) 378 kcal; zs. 9,10; c. 0,06; f. 8,89; szh. 62,84; só 3,15

<u>2026.08.26.</u> <u>Szerda</u>	Szilvaleves (1,7) 325 kcal; zs. 0,99; c. 74,59; f. 1,85; szh. 76,23; só 2,53 Édesség 140 kcal; zs. 14,97; c. 31,5; f. 9; szh. 73,7; só 1,9
<u>A</u>	Vadas csirkeapró (1,9,10) 353 kcal; zs. 16,97; c. 10,52; f. 25,45; szh. 22,68; só 3,26 tésztakörettel (1,3) 279 kcal; zs. 3,24; c. 0; f. 1,36; szh. 7,72; só 3,11
<u>B</u>	Cigánypecsenye 257 kcal; zs. 18,94; c. 0,07; f. 18,11; szh. 1,99; só 1,72 hagymás törtburgonyával 338 kcal; zs. 5,61; c. 0,06; f. 7,74; szh. 62,36; só 3,15
<u>C</u>	Cornflakes bundás halfilé (1,3,4) 676 kcal; zs. 51,77; c. 1,20; f. 29,16; szh. 39,88; só 1,90 kukoricás rizzzel 417 kcal; zs. 5,65; c. 0,04; f. 8,41; szh. 80,53; só 2,10

<u>2026.08.27.</u> <u>Csütörtök</u>	Grízgaluska leves (1,3,9) 270 kcal; zs. 6,71; c. 0,34; f. 7,02; szh. 39,30; só 6,25
<u>A</u>	Sült kolbász 600 kcal; zs. 53,45; c. 0; f. 28,89; szh. 0; só 3,18 paradicsomos káposztafőzelékkel (1) 231 kcal; zs. 1,17; c. 10,13; f. 7,83; szh. 46,85; só 3,18
<u>B</u>	Pozsonyi sertéstokány (1,7) 475 kcal; zs. 39,26; c. 0,10; f. 19,88; szh. 9,71; só 2,11 bulgurral (8) 185 kcal; zs. 11,41; c. 0,48; f. 13,53; szh. 83,84; só 2,1
<u>C</u>	Grill csirkemell (1,3) 219 kcal; zs. 11,11; c. 0,05; f. 27,27; szh. 0,95; só 1,72 mézes sült céklával 60 kcal; zs. 10,22; c. 0; f. 2,36; szh. 22,00; só 1,00

<u>2026.08.28.</u> <u>Péntek</u>	Viharsarki raguleves (1,3,7,9,10) 575 kcal; zs. 20,36; c. 1,15; f. 29,95; szh. 29,95; só 5,02 Gyümölcs 50 kcal; zs. 0; c. 0; f. 0,64; szh. 11,2; só 0
<u>A</u>	Szilvatöltelikes gombóc (1,3,) 837 kcal; zs. 10,25; c. 20,00; f. 19,26; szh. 161,48; só 2,00
<u>B</u>	Bolognai spagetti (1,3,7) 982 kcal; zs. 36,51; c. 29,36; f. 32,58; szh. 107,19; só 6,14
<u>C</u>	Tyúkhúsleves (1,3) 173 kcal; zs. 0,85; c. 0,09; f. 6,47; szh. 35,09; só 6,03 Vaslapon sült sertésborda sajtmártással (7) 493 kcal; zs. 33,44; c. 0,10; f. 27,93; szh. 16,50; só 2,77 párolt rizzzel 477 kcal; zs. 5,72; c. 0,04; f. 9; szh. 94,29; só 2,1

Ha szállításkor ételünket nem tudja elfogyasztani, úgy kérjük azokat hűtőben tárolják, majd fogyasztás előtt minimum 4 percig forralni szíveskedjen.

Jelmagyarázat: zs.: zsir tartalom; c.: cukor tartalom; f.: fehérje tartalom; szh.: szénhidrát tartalom. Az értékek grammban értendők!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén anyag tartalma megtalálható az ételek alatt zárójelben:

1: Glutén 2: Rákfélék, 3: Tojás és tojáskeverék 4: Halak és azokból készült ételek 5: Földimogyoró, 6: Szója 7: Tej és abból készült termékek
8: Diófélék (kesudió, dió, mandula stb) 9: Zeller és abból készített termékek 10: Mustár és abból készült termékek 11: Szezám és abból készült termékek, 12: Kén-dioxid, 13: Csillagfű, 14: Puhatestűek

Alulírott ellátást igénylő vállalom, hogy a saját ételhordómat otthon tisztítom és fertőtlenítem.

NÉV: _____ TELEFONSZÁM: _____

CÍM: _____

CSABAKONYHA Kft.

AZ ÉTLAPOKAT KÉRJÜK SZERDÁIG VISSZAJUTTATNI!

Székhelye: 5600 Békéscsaba, Luther u. 20. fsz. 2.

Telephely: 5600 Békéscsaba, Kis Tabán utca 2.

Telefon: 06-70-382-3369

AMENNYIBEN SZERDÁIG NEM TUDJA VISSZAJUTTATNI AZ ÉTLAPOT, AZ A MENÜT TUDJUK KISZÁLLÍTANI!

Ha hétköznapokon 12.30-ig, szombaton 11.30-ig nem érkezett meg az ebédje, akkor azt a fenti telefonszámon kérjük, jelezzék!

ÉTLAPTERV SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐKNEK IS! FELHÍVJUK SZÍVES FIGYELMÜKET, HOGY A SZOCIÁLIS ÉTKEZTETÉSBEN RÉSZTVEVŐK CSAK TELJES MENÜRE JOGOSULTAK (LEVES ÉS FŐÉTEL)

Az A, B, C menü (leves és főétel) ára 1850 Ft/adag

Leves ára külön 690 Ft

Főétel ára külön 1300 Ft

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁN A **CSABAKONYHA** CSAPATA

<u>2026.08.31</u> <u>Hétfő</u>	Kelbimbóleves (1,3) 180 kcal zs. 1,55; c. 0,08; f. 9,35; szh. 31,58; só 4,60
<u>A</u>	Borított sertésborda (1,7) 463 kcal; zs. 30,89; c. 0,07; f. 29,04; szh. 14,63; só 3,42 párolt rizzzel 477 kcal; zs. 5,72; c. 0,04; f. 9; szh. 94,29; só 2,1
<u>B</u>	Eszterházy csirkeapró (1,9,10) 303 kcal; zs. 11,10; c. 5,38; f. 24,26; szh. 12,55; só 3,23 tésztakörettel (1,3) 376 kcal; zs. 3,5; c. 0; f. 12,5; szh. 73; só: 1,1
<u>C</u>	Sült lecsókolbász 423 kcal; zs. 35,05; c. 0,06; f. 22,82; szh. 0,42; só 0,14 spenótfőzelékkel (1,7) 261 kcal; zs. 1,60; c. 20,16; f. 9,36; szh. 52,29; só 3,15

<u>2026.09.01</u> <u>Kedd</u>	
<u>A</u>	
<u>B</u>	
<u>C</u>	

<u>2026.09.02.</u> <u>Szerda</u>	
<u>A</u>	
<u>B</u>	
<u>C</u>	

<u>2026.09.03.</u> <u>Csütörtök</u>	
<u>A</u>	
<u>B</u>	
<u>C</u>	

<u>2026.09.04.</u> <u>Péntek</u>	
<u>A</u>	
<u>B</u>	
<u>C</u>	

Ha szállításkor ételünket nem tudja elfogyasztani, úgy kérjük azokat hűtőben tárolják, majd fogyasztás előtt minimum 4 percig forralni szíveskedjen.

Jelmagyarázat: zs.: zsír tartalom; c.: cukor tartalom; f.: fehérje tartalom; szh.: szénhidrát tartalom. Az értékek grammban értendők!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén anyag tartalma megtalálható az ételek alatt zárójelben:

1: Glutén 2: Rákfélék, 3: Tojás és tojás készítmény 4: Halak és azokból készült ételek 5: Földimogyoró, 6: Szója 7: Tej és abból készült termékek

8: Diófélék (kesudió, dió, mandula stb) 9: Zeller és abból készített termékek 10: Mustár és abból készült termékek 11: Szezám és abból készült termékek, 12: Kén-dioxid, 13: Csillagfűrt, 14: Puhatestűek

Alulírott ellátást igénylő vállalom, hogy a saját ételhordómat otthon tisztítom és fertőtlenítem.

NÉV: _____ TELEFONSZÁM: _____

CÍM: _____