

2026. OKTÓBERI ÉTLAP			Tel.: 06 21 300 7111		Kalória		Gödöllői Nonprofit Kft.	
A menü változtatás jogát fenntartjuk. Az ételek neve mellett feltüntetett értékek: Energia, Cukor, Szénhidrát, Allergének.								
A kiszállított ebédet a Kalória Gödöllői Nonprofit Kft. főzőkonyha dolgozói készítik el Önnek. Az étel úramelegítése szükséges!								
„A” Csüt. 10.01.	Sertésragu leves, Tejberizs		736Kcal 101g 34g	„B” Csüt. 10.01.	Sertésragu leves, Káposztás tészta		393Kcal 37g 5g	
	glutén, tej, zeller				glutén, zeller			
„A” Péntek 10.02.	Kelbimbó leves, Zöldborsó pörkölt, Bulgur		543Kcal 96g 2g	„B” Péntek 10.02.	Kelbimbó leves, Főtt tojás, Főtt burgonya, Sóska mártás		480Kcal 65g 17g	
	glutén, zeller				glutén, tojás, tej, zeller			
„A” Szom. 10.03.	Zöldborsókrémleves baconnal Zsívanypecsenye, Sav.		1016Kcal 91g 4,2g	„B” Szom. 10.03.	Zöldborsókrémleves baconnal Rántott csirkecomb, Rizibizi, Sav.		1508Kcal 144g 2,9g	
	glutén, tej, mustár				glutén, tej, mustár, tojás			
„A” Vas. 10.04.	Csókakői kolbászleves Kínai zöldséges tészta		515Kcal 52g 3,9g	„B” Vas. 10.04.				
	glutén, tej, zeller, tojás							
„A” Hétfő 10.05.	Burgonya leves, Provence-i csirkemell, Bulgur		704Kcal 117g 4g	„B” Hétfő 10.05.	Burgonya leves, Pilisi pulykaragu, Párolt rizs		610Kcal 87g 2g	
	glutén, tej, zeller				glutén, tej, zeller			
„A” Kedd 10.06.	Csontleves, Húsgombóc, Főtt burgonya, Paradicsom mártás		661Kcal 89g 20g	„B” Kedd 10.06.	Csontleves, Sült virsli, Tökfőzelék		689Kcal 63g 6g	
	glutén, tojás, zeller				glutén, tej, zeller			
„A” Szerda 10.07.	Babgulyás, Mákos metélt		717Kcal 73g 20g	„B” Szerda 10.07.	Babgulyás, Túrós tészta		697Kcal 59g 13g	
	glutén, zeller				glutén, tej, zeller			
„A” Csüt. 10.08.	Karfiol leves, Panírozott halszelet, Kukoricás rizs, Tartármártás		1184Kcal 117g 9g	„B” Csüt. 10.08.	Karfiol leves, Sertéssült, Vajasburgonya, Sav.		776Kcal 62g 2g	
	tojás, tej, zeller, mustár				zeller, mustár, kén-dioxid és szulfitok			
„A” Péntek 10.09.	Pírtott tészta leves, Fasírt, Zöldbab főzelék		668Kcal 75g 4g	„B” Péntek 10.09.	Pírtott tészta leves, Panírozott csirkemell, Mexikói rizs		662Kcal 99g 0g	
	glutén, tojás, tej, zeller				glutén, zeller			
„A” Szom. 10.10.	Burgonyaleves Sztroganoff sertéstokány , Vajasgaluska		1283Kcal 137g 2,2g	„B” Szom. 10.10.	Burgonyaleves Rántott sajt, Franciasaláta		1102Kcal 106g 11,6g	
	glutén, tej, zeller, tojás, mustár, kén-dioxid				glutén, tej, zeller, tojás, mustár, kén-dioxid			
„A” Vas. 10.11.	Frankfurti leves Sonkás kocka		520Kcal 30g 4,6g	„B” Vas. 10.11.				
	glutén, tej							
„A” Hétfő 10.12.	Zöldbableves magyaros, Darás metélt		725Kcal 149g 20g	„B” Hétfő 10.12.	Zöldbableves magyaros, Sajtos-tejfölös spagetti		432Kcal 29g 3g	
	glutén, zeller				glutén, tej, zeller			
„A” Kedd 10.13.	Daragaluska leves, Rántott csirkemell, Franciasaláta		1305Kcal 110g 9g	„B” Kedd 10.13.	Daragaluska leves, Székelykáposzta		814Kcal 66g 3g	
	glutén, tojás, tej, zeller, mustár				glutén, tojás, tej, zeller			
„A” Szerda 10.14.	Fokhagymakrémleves, Sertés pörkölt, Kelkáposzta főzelék		806Kcal 70g 1g	„B” Szerda 10.14.	Fokhagymakrémleves, Paprikás burgonya, Sav.		722Kcal 75g 1g	
	glutén				glutén, mustár, kén-dioxid és szulfitok			
„A” Csüt. 10.15.	Rántott leves, zsemlekocka, Ananászos csirkeragu, Párolt rizs		666Kcal 87g 2g	„B” Csüt. 10.15.	Rántott leves, zsemlekocka, Lecsós sertés szelet, Tarhonya		921Kcal 95g 4g	
	glutén, tej				glutén			

„A” Péntek 10.16.	Zöldborsóleves, Csikós sertés tokány, Bulgur	787Kcal 86g 2g	„B” Péntek 10.16.	Zöldborsóleves, Panírozott csirkemell, Vajasburgonya, Sav.	693Kcal 92g 1g
	glutén, tej, zeller			glutén, zeller	
„A” Szom. 10.17.	Csontleves BBQ csirkecomb, Pet.burgonya	799Kcal 88g 5g	„B” Szom. 10.17.	Csontleves Mátrai borzas, Gombás rizs	1014Kcal 100g 2,2g
	glutén, tej, zeller, mustár			glutén, tej, zeller, mustár, tojás	
„A” Vas. 10.18.	Fejtett bableves Juhtúrós sztrapacska	1091Kcal 148g 3,5g	„B” Vas. 10.18.		
	glutén, tej, zeller, tojás				
„A” Hétfő 10.19.	Karfiolleves zöldséges, Spagetti, Vadas (sertés)	492Kcal 24g 6g	„B” Hétfő 10.19.	Karfiolleves zöldséges, Pásztor tarhonya, Sav.	526Kcal 29g 1g
	glutén, tej, zeller, mustár			glutén, zeller, mustár, kén-dioxid és szulfitok	
„A” Kedd 10.20.	Csontleves, Sült virsli, Zöldbab főzelék	703Kcal 60g 5g	„B” Kedd 10.20.	Csontleves, Fasírt, Paradicsomos káposzta	581Kcal 72g 7g
	glutén, tej, zeller			glutén, tojás, zeller	
„A” Szerda 10.21.	Gulyásleves, Mac and Cheese (amerikai sajtos tészta)	687Kcal 49g 1g	„B” Szerda 10.21.	Gulyásleves, Tejberizs	751Kcal 104g 34g
	glutén, tej, zeller, mustár			glutén, tej, zeller	
„A” Csüt. 10.22.	Gyümölcs leves, Rántott harcsa, Párolt rizs, Tartármártás	1231Kcal 141g 29g	„B” Csüt. 10.22.	Gyümölcs leves, Píritott csirkemáj, Főtt burgonya	620Kcal 88g 24g
	glutén, tojás, hal, tej, mustár			glutén, tej, mustár, kén-dioxid és szulfitok	
„A” Péntek 10.23.	Húsleves, Rántott sertéskaraj Párolt rizs	855Kcal 96g 0,5g	„B” Péntek 10.23.	Húsleves Holstein sertésszelet, Friss kevert saláta	550Kcal 17g 1,1g
	glutén, tojás, zeller			glutén, tojás, zeller,mustár	
„A” Szom. 10.24.	Húsleves, Rántott sertéskaraj Párolt rizs	855Kcal 96g 0,5g	„B” Szom. 10.24.	Húsleves Holstein sertésszelet, Friss kevert saláta	550Kcal 17g 1,1g
	glutén, tojás, zeller			glutén, tojás, zeller,mustár	
„A” Vas. 10.25.	Francia hagymaleves Brassói aprópecsenye, Sav.	897Kcal 106g 1g	„B” Vas. 10.25.		
	glutén, tojás, szója,tej				
„A” Hétfő 10.26.	Rántott leves, zsemlekocka, Sertés rizottó, reszelt sajt	755Kcal 85g 4g	„B” Hétfő 10.26.	Rántott leves, zsemlekocka, Lecsós sertés szelet, Bulgur	1039Kcal 123g 9g
	glutén, tej, dió			glutén, tojás,tej, zeller	
„A” Kedd 10.27.	Zöldségleves, Fasírt, Kelkáposzta főzelék	699Kcal 70g 2g	„B” Kedd 10.27.	Zöldségleves, Csülök pékné módra, Sav.	523Kcal 85g 1g
	glutén, tojás, zeller			zeller, mustár, kén-dioxid és szulfitok	
„A” Szerda 10.28.	Almaleves, Rántott csirkemell, Petrezselymes burg., Sav.	976Kcal 108g 10g	„B” Szerda 10.28.	Almaleves, Dubarry sertés szelet, Párolt rizs	1118Kcal 121g 16g
	glutén, tojás, tej, mustár, kén-dioxid és szulfitok			glutén, tej	
„A” Csüt. 10.29.	Kassai burgonyaleves, Darás metélt	972Kcal 158g 21g	„B” Csüt. 10.29.	Kassai burgonyaleves, Káposztás tészta	357Kcal 38g 8g
	glutén, tej, zeller			glutén, tej, zeller	
„A” Péntek 10.30.	Brokkolikrémleves, Pásztor bulgur, Sav.	771Kcal 86g 4g	„B” Péntek 10.30.	Brokkolikrémleves, Sült csirkecomb, Párolt zöldség	812Kcal 57g 2g
	glutén, tej, mustár, kén-dioxid és szulfitok			glutén, tej	
„A” Szom. 10.31.	Vajgaluska leves Székelykáposzta	863Kcal 48g 2,2g	„B” Szom. 10.31.	Vajgaluska leves Chilisbab	1019Kcal 83g 1,7g
	glutén, tojás, zeller, tej			glutén, tojás, zeller, tej, szója, mustár	