

2023. május 15-től

# DOLGOZÓI MENÜ

MEGÚJULT,  
BŐVÍTETT  
MENÜVÁLASZTÉK

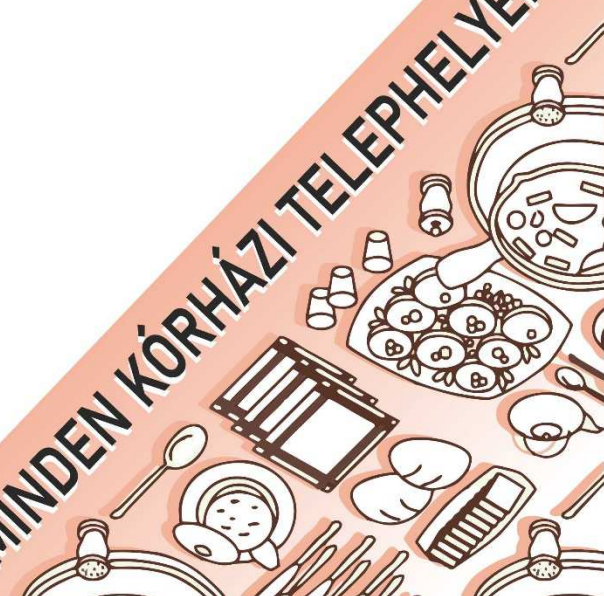
900 Ft **A**  
MENÜ

1100 Ft **B**  
MENÜ

1100 Ft **C**  
MENÜ

1290 Ft **D**  
MENÜ

MINDEN KÓRHÁZI TELEPHELYEN



## **Az Élelmezési Osztály felhívása!**

### **Tisztelt Vendégeink!**

Felhívjuk Tisztelt Vendégeink figyelmét, hogy 2023.05.15-től (Hétfőtől) A dolgozói menü választékot bővítjük, kedves vendégeink A, B, C, D menük közül választhatnak.

A menü: Ára 900 Ft.

B menü: Ára 1100 Ft.

C menü: Ára 1100 Ft.

D menü: Frissen sültésmenü 1290Ft

Az A,B,C,D menü választása vonatkozik minden kórházi telephelyre.

Külön A'la carte étlap nincs, kedves vendégeink a kibővített A,B,C,D dolgozói menükből választhatnak.

A dolgozói menük előrendelhetőek egy héttel a dolgozói feltöltő kártyán, vagy helyszínen kérhető készlet erejéig bankkártyás fizetési lehetőséggel. Feltöltési idő: Szent I. u. Hétfőtől-péntekig 8-10 óra között **AZ EBÉDLŐBEN!** Sóstói u., Fehérgyarmat és Mátészalkán Hétfő és szerda 8-10 óra között **AZ EBÉDLŐBEN!**

Dobozos elvitelre rendelés: Dobozos étkeztetés esetén **csak e-mailen [etelrendeles@szszbmk.hu](mailto:etelrendeles@szszbmk.hu)**, telefonon a 2066-os melléken adható le a megrendelés! Igény esetén a megrendelt ételt kiszállítjuk a kórház területére ezt az **-[etelkiszallitas@szszbmk.hu](mailto:etelkiszallitas@szszbmk.hu) e-mail címre** szükséges jelezni.

Ételrendelésre munkanapokon 10 óráig az **[etelrendeles@szszbmk.hu](mailto:etelrendeles@szszbmk.hu) e-mail** címen van lehetőség, vagy a **2066-os** melléken. Megrendeléseknél kérjük feltüntetni: - **megrendelő neve** - **rendelés dátuma** - **Osztály neve** - **Megrendelt ételek** - **Adagszám**

**10:45 – 11:30** az e-mailben megrendelt ételek **dobozos elvitele történik,**

**kizárólag** az Élelmezés által biztosított dobozokban lehetséges.

**11:30- 13:30 csak** éttermi Menü kiszolgálás zajlik (helyben fogyasztás)

Nyíregyháza, 2023.05.08.

Pető Réka

Élelmezési Osztályvezető

## Áraink

Dobozos üdítő 0,33 l 240 Ft

Üdítő 0,5 l 350 Ft

Ásványvíz 0,5 l 80 Ft

Ice Tea 0,5 l 350 Ft

Műanyag doboz 0,75l 70 Ft

Műanyag doboz 0,30 l 30 Ft

Habdoboz 70 Ft

## Menü Étlap 2023.10.02-10.06

10.02-10.06	I	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	
		Zöldbableves 4,11,13	Vegyes gyümölcs lev. 4,11	Daragaluska leves 4,12	Zöldség leves 4,12	Magyaros burgonya lev.4,11,13	
<b>A menü</b>		Reszeltmáj 4	Bácskai rizseshús 13	Sertéspörkölt 4	Csikós tokány 4,11	Vagdalt 4,10,11,12,13	
		Sós burgonya	Savanyú	Zöldborsó főzelék 4,11	Tészta 4	Paradicsomos káposzta 4	
				Kenyér szeletelt 4		Kenyér szeletelt 4	
			energia:682 kcal zsír 37,9 g	energia 1065 kcal zsír 30,23g	energia 821 kcal zsír 32,1 g	energia 744 kcal zsír 29,1 g	energia 1236 kcal zsír 53 g
			fehérje 27 g szénhidrát 60,2 g só 0,684 g cukor 0,68g	fehérje 26,7 g szénhidrát 172 g só 0,6 g cukor 05,3g	fehérje 36,9 g szénhidrát 91,5g só 1,572 g cukor 2,19 g	fehérje 37,8 g szénhidrát 86,5 g só 1,185g cukor 1,02 g	fehérje 33 g szénhidrát 125,6 g só 2,8 g cukor 2,74 g
<b>900 Ft</b>		Zöldségleves gazdagon 4,12,	Lebbencsleves 4,12,13	Zöldség leves 4,13	Tarhonyaleves 4,12,13	Zöldborsó leves 4	
<b>B menü</b>		Rakott kelkáposzta 4,11	Zöldséges spagetti roston csirkemell-4,10,13	Toroskáposzta 4,12	Libanoni halfilé 4,5	Makói sertésflekken 4	
						Párolt rizs	
			energia 118 kcal zsír 22,48g	energia 791 kcal zsír 22,1 g	energia 430 kcal zsír 18 g	energia 1145 kcal zsír 38 g	energia 935 kcal zsír 44 g
			fehérje 39 g szénhidrát 76 g	fehérje 46 g szénhidrát 79 g	fehérje 26 g szénhidrát 36 g	fehérje 53 g szénhidrát 115g	fehérje 35 g szénhidrát 92 g
			só 0,86 g cukor 1,02 g	só 0,908g cukor 0 g	só 0,5g cukor 0 g	só 0,7g cukor 0g	só 3,2 g cukor 0 g
<b>1 100 Ft</b>		Gulyás leves 4,5,7,9,10,11,12,13	Zöldség leves 4,12	Zöldborsós ragu leves	Palócgulyás leves 4,5,7,10,11,13	Kertészleves 4,11,12,13	
<b>C menü</b>		Tepertős túrós csusza 4,11,12	Bakonyi sertésszelet 4,11	Mákos kifli (2 db) 4,11,12	Káposztás kocka 4,12	Csirkecomb Pékné mód.13	
			Tészta 4			Savanyú	
			energia 1087 kcal zsír 29 g	energia 881 kcal zsír 31 g	energia 1184 kcal zsír 66 g	energia 749 kcal zsír 29 g	energia 868 kcal zsír 26,5 g
			fehérje 45,8 g szénhidrát 102g	fehérje 50 g szénhidrát 87 g	fehérje 41 g szénhidrát 97 g	fehérje 35 g szénhidrát 89 g	fehérje 45,9 g szénhidrát 84,9g
			só 1,068 g cukor 0,68 g	só 3,9g cukor 1 g	só 0,4 g cukor 7,45 g	só 1,2 g cukor 1 g	só 0,74 g cukor 2,98 g
<b>1 100 Ft</b>		Zöldségleves gazdagon 4,12,13	Lebbencsleves 4,11,12	Daragaluska leves 4,12	Tarhonyaleves 4,11,12	Zöldborsó leves 4	
<b>D menü</b>		Szezámagos csirkemell 4,1	Rántott sertésszelet 4,11,12	Roston csirkemell	Rántott csirkecomb 4,11,12	Rántott sajt 4,11	
		Kukoricás rizs	Rizi.bizi	Steak burgonya	Petrezselymes burgonya 13	Zsírban sült burgonya	
		Savanyú	Savanyú	Tartármártás 7,11,12	Savanyú	Tartármártás 7,11,12	
			energia 848 kcal zsír 36,6 g	energia 1388 kcal zsír 55 g	energia 798 kcal zsír 56 g	energia 4231 kcal zsír 56,5 g	energia 1787 kcal zsír 120 g
			fehérje 34,4 g szénhidrát 89 g	fehérje 43 g szénhidrát 158 g	fehérje 36,5 g szénhidrát 40g	fehérje 44,4 g szénhidrát 128,2g	fehérje 51 g szénhidrát 119g
		só 3,17 g cukor 0 g	só 3,4 g cukor 4,47 g	só 0,64g cukor 2,54g	só 0,53 g cukor 0 g	só 3,6 g cukor 4,5 g	
<b>1 290 Ft</b>		<b>ÉTLAP VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK</b>					
Allergének: 1-csillagfűrt, 2-diófélék, 3-földimogyoró, 4-glutén, 5-hal, 6-kén-dioxid, 7-mustár, 8-rák, 9-szezám, 10-szójabab, 11-tej, 12-tojások, 13-zeller, 14-puhatestűek							

## Menü Étlap 2023.10.09-10.13.

10.09-10.13	II	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	
<b>A menü</b>		Májgaluska leves 4,10,12,13	Kertészleves 4,11,12,13	Tejfölös gombaleves 4,11,12	Zöldborsóleves 4,12	Zöldség leves 4,12,13	
		Rizsfelfújt 4,11,12	Sertés pörkölt 4	Sült csirkecomb 4,13	Borsos sertés tokány 4,10,11,12,	Milánói makaróni 4,11,12	
		Vaniliasodó 11	Burgonya főzelék 4,11	Párolt rizs sárgarépával	Burgonya sós		
			Kenyér szeletelt	Savanyú	Savanyú		
			energia:1079 kcal zsír 28,7 g	energia 868 kcal zsír 40 g	energia 975 kcal zsír 48 g	energia 725 kcal zsír 20,1 g	energia 842 kcal zsír 30 g
		fehérje 42 g szénhidrát 155,5 g	fehérje 33 g szénhidrát 99 g	fehérje 65 g szénhidrát 83g	fehérje 35 g szénhidrát 78 g	fehérje 45 g szénhidrát 105 g	
		só 1,7 g cukor 30g	só 1,7 g cukor 1,75 g	só 0,277 g cukor 01,03 g	só 0,41g cukor 0 g	só 1,6 g cukor 1,36 g	
<b>900 Ft</b>							
<b>B menü</b>		Lebbencsleves 4,12	Vegyes gyümölcsleves 4,11	Kertészleves 4,11,12,13	Meggye leves 4,11	Daragaluska lev.4,7,10,11,12,13	
		Szegedi sertésszelet 4,12	Rakott karfiol 4,11,13	Disznótoros 4,7,10	Rakott sertésszelet 4,9,11	Elzászi sertéskaraj 4,6,13	
					Petrezselymes burgonya		
			energia 911 kcal zsír 26g	energia 926 kcal zsír 24,6 g	energia 1926 kcal zsír 138 g	energia 774 kcal zsír 30 g	energia 743 kcal zsír 21 g
			fehérje 37 g szénhidrát 113 g	fehérje 30 g szénhidrát 155 g	fehérje 69 g szénhidrát 102g	fehérje 25 g szénhidrát 101g	fehérje 33 g szénhidrát 72 g
		só 0,8 g cukor 0 g	só 0,3g cukor 6,2 g	só 4,35 g cukor 0,5g	só 2,2g cukor 2,7g	só 3 g cukor 0 g	
<b>1 100 Ft</b>							
<b>C menü</b>		Tavaszi leves 4,7,10,11,12,13	Babgulyás 4,5,10,13	Zöldség leves 4,12	Zöldség leves 4,12	Tárkonyos cs.raguleves.4,5,10,11,12	
		Kapros szelet 4,11,12	Túrós batyu /2 db/ 4,11,12	Mexikói csirkemell	Chilisbab 4	Darásmetélt 4,11,12	
		Spagetti 4		Tészta köret 4			
			energia 633 kcal zsír 22,8 g	energia 1117 kcal zsír 42 g	energia 716 kcal zsír 19,7 g	energia 841 kcal zsír 19 g	energia 1117 kcal zsír 29 g
			fehérje 40 g szénhidrát 71,6 g	fehérje 52 g szénhidrát 95 g	fehérje 44g szénhidrát 87 g	fehérje 49 g szénhidrát 92 g	fehérje 46 g szénhidrát 162 g
		só 1 g cukor 1 g	só 0,3g cukor 5,45 g	só 1,2 g cukor 0 g	só 0,4 g cukor 0 g	só 0,9 g cukor 2,5g	
<b>1 100 Ft</b>							
<b>D menü</b>		Tavaszi leves 4,9,10,11,12,13	Vegyes gyümölcsleves 4,11	Tejfölös gombaleves 4,7,11,12,13	Zöldborsóleves 4,11,12,13	Zöldség leves 4,12	
		Szezámragos cs.mell 4,9,11,12	Rántott hal 4,5,11,12	Rántott sajt 4,11,12	Rántott csirkemell 4,11,12	Csirkemell gordon 4,11,12	
		Párolt rizs	Petrezselymes burgonya 13	Párolt rizs	Párolt rizs kukoricával	Steak burgonya	
		Savanyú	Savanyú	Tartármártás 7,11,12	Savanyú	Savanyú	
			energia 823 kcal zsír 33,5 g	energia 1392 kcal zsír 47 g	energia 1115 kcal zsír 54 g	energia 1106 kcal zsír 49 g	energia 1046 kcal zsír 68 g
		fehérje 42 g szénhidrát 83 g	fehérje 37 g szénhidrát 203 g	fehérje 42 g szénhidrát 136g	fehérje 46 g szénhidrát 114g	fehérje 36 g szénhidrát 64g	
		só 0,8 g cukor 1 g	só 0,98 g cukor 8,2 g	só 0,5g cukor 3,6g	só 1,01 g cukor 1 g	só 1,2g cukor 3,5 g	
<b>1290 FT</b>		<b>ÉTLAP VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!</b>					
		Allergének: 1-csillagfürt, 2-diófélék, 3-földimogyoró, 4-glutén, 5-hal, 6-kén-dioxid, 7-mustár, 8-rák, 9-szezám, 10-szójabab, 11-tej, 12-tojások, 13-zeller, 14-puhatestűek					