



BM ORSZÁGOS KATASZTRÓFAVÉDELMI FŐIGAZGATÓSÁG
GAZDASÁGI ELLÁTÓ KÖZPONT
LOGISZTIKAI IGAZGATÓHELYETTESI SZERVEZET

ÉTREND

2021. március 01-től március 31-ig

Laktanya utcai főzőkonyha

Étkezéssel kapcsolatos információt a BM OKF GEK Laktanya utcai Élelmezési Alosztályon
a: BM 27-546, valamint a (06-1) 436-15-46-os telefonszámon adunk.

Az étrendet az osztályokra, titkárságokra a külsős igénylők részére, e-mailen továbbítjuk.
A hallgatók étkezési felelőseinek személyesen adjuk át, és a KOK „intra”-ról letölthető.

Az étkezési igényeket 2021.01.25-ig a BM OKF GEK Élelmezési Alosztály részére
pallag.b.andrasne@katved.gov.hu email címére kérjük továbbítani, illetve
személyesen, Pallag B. Andrásné előadó részére kérjük leadni naponta 8.00 órától 8,30-ig, a
KOK Laktanya utcai objektum III. épület éttermében a főbejárat felől.

Az étrend alapján megrendelt étkezési igények befizetése, illetve az étkezési jegyek átadása és
átvétele a fent megjelölt időszakra

**2021. 03.01.-én 8.00 -9.00-ig történik az étteremben, bankkártyával
OTP Szép kártyával vendéglátás al számláról.**

Az étkezési jegyeket átvételkor kérjük ellenőrizni!

Az „XXL” menü napi igénylése, befizetése hétfőtől – péntekig 8.00 órától 8,30 óráig a
BM OKF GEK Élelmezési Alosztály Laktanya utcai objektum éttermében történik.

Az étkezési pótigények leadása írásban munkanapokon legkésőbb az étkezést megelőzően 48
órával naponta 10.00 tudjuk elfogadni a fent megjelölt e-mailre.

Az étkezési visszamondások leadása munkanapokon legkésőbb az étkezést megelőzően 48
órával naponta 8.00 órától 8,30 óráig az étkezési jegy és a lemondó nyilatkozat ellenében lehet
megtenni az étteremben.

Elveszett étkezési jegy pótlására nincs lehetőség!

Az étrend változtatásának jogát a beszerzési lehetőségek függvényében fenntartjuk.

Budapest, 2021.02.18.

Dr. Makkai Lászlóné
élelmezési alosztályvezető

Simon Máté t. őrnagy
logisztikai osztályvezető

BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

2021. március 01-05.

Dátum	Reggeli	Leves	A menü	B menü	C menü	XXL menü	Vacsora
01. hétfő	Tejeskávé, tea párizsi mini jam margarin zsömlé, kifli Allergének: 1,7		Sertésszelet Jóasszony módra petrezselymes rizs savanyú Allergének: 1	Eszterházy sertésragu spagetti Allergének: 1,9,10	Orosz hússaláta Allergének: 7,10	Szezámragos rántott csirkemellfilé tepsis burgonya savanyú Allergének: 1,3,7,11	Téliszalámi medve sajt margarin póréhagyma kenyér Allergének: 1,7
02. kedd	Gyümölcs tea, gépsonka, edámi sajt, jégcsap retek zsemle, kifli Allergének: 1,7		Tarhonyáshús savanyú Allergének: 1	Csöbenschült húsos lasagne alma Allergének: 1,3,7	Baconbe tekert csirkemell zöldséges rizs savanyú Allergének: 1	Rántott camembert burgonya krokett áfonyaöntet Allergének: 1,3,7	Kenőmájás almás desszert croissant kenyér Allergének: 1,7
03. szerda	Kakaó, tea, margarin, túristaszalámi briós, kenyér Allergének: 1,3,7		Göngyölthús, hagymás tört burgonya, savanyú Allergének: 1,3	Vagdalt pogácsa paradicsomoskáposzta Balaton szelet Allergének: 1	Soksajtos rakott zöldség Allergén: 1,3,7	Zalai pulykamell petrezselymes rizs savanyú Allergének: 1,3,7	Gyulai kolbász főtt tojás margarin narancs kenyér Allergének: 1,3
04. csütörtök	Citromos tea, körözött, zöldhagyma, kenyér Allergének: 1,7		Csirkemell Dubary módra, párolt rizs Allergének: 1,3,7	Serté sült fejtett babfőzelék narancs Allergének: 1,3,7	Citromos tonhal grillezett zöldségek Allergének: 4	Cigánypecsenye petrezselymes burgonya savanyú Allergének: 10	Főtt császár medve sajt lilahagyma kenyér Allergének: 1,7
05. péntek	Gyümölcs tea, főtt virsli, mini mustár, mini ketchup, kenyér Allergének: 1,10		Gödöllői töltött csirkecomb, párolt rizs savanyú Allergének: 1,3	Reszelt csirkemáj petrezselymes burgonya savanyú Allergének: 0	Fűszeres csirkemell mézes pirított sárgarépa Allergének: 7	Párizsi pulykamell rizi - bizi, savanyú Allergének: 1,3,7	

Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!

Juhász Anikó

Juhász Anikó tű. alezredes k.főreferens
közegészségügyi-járványügyi főfelügyelő

Vékony Lászlóné
Vékony Lászlóné
konyhavezető

Dr. Makkai Lászlóné
Dr. Makkai Lászlóné
élelmelési alosztályvezető

Simon Máté
Simon Máté tű. őrgy.
logisztikai osztályvezető

BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

2021.március 08-12.

Dátum	Reggeli	Leves	A menü	B menü	C menü	XXL menü	Vacsora
08. hétfő	Karamell, tea gépsonka trappista sajt kenyér Allergének: 1,7		Vasi pecsenye petrezselymes burgonya savanyú Allergének:1,10	Csőben sült brokkoli csirkemell ágyon párolt rizs Allergének: 1,3,7	Pirított csirkemell párolt vegyes zöldség Allergének:0	Rántott sajt tartármártás párolt rizs Allergének: 1,3,7,10	Olasz felvágott margarin medve sajt mandarin kenyér Allergének:1,7
09. kedd	Citromos tea, paprikás szalámi, mini maragarin, zsemle, kifli Allergének:1,7		Hortobágyi göngyölt csirkemell párolt rizs savanyú Allergének: 3	Marhapörkölt tarhonya savanyú Allergének: 1	Rokfortos rántott csirkemell grill zöldség Allergének:1,3,7	Párizsi szelet pirított burgonya savanyú Allergének:1,3,7	Gépsonka margarin gyümölcs joghurt zsemle, kifli Allergének:1,7
10. szerda	Tej, tea tepertőkrém, főtt tojás póréhagyma kenyér Allergének:1,3,10		Mákosguba vanília öntet Allergének: 1,7	Rántott párizsi parajfőzelék burgonya 1/2 Allergének: 1,3,7	Rozmaringos sült csirkecomb almás zellersaláta Allergének:7,9	Kijevi csirkemell vegyesköret savanyú Allergének: 1,3,7	Téliszalámi margarin alma kenyér Allergének:1
11. csütörtök	Gyümölcs tea, párizsi, margarin, méz, zsemle, kifli Allergének: 1		Hagymás rostélyos petrezselymes burgonya savanyú Allergének:1,10	Sonkával - sajttal töltött csirkemell párolt rizs savanyú Allergének: 1,3,7	Csabai töltött karaj majonézes burgonyasaláta Allergének: 3,7,10	Mátrai borzacská petrezselymes rizs, savanyú Allergének: 1,3	Olajos halkonzerv alma desszert kenyér Allergének:1,4
12. péntek	Gyümölcstea, sült debreceni mustár kenyér Allergének:1,10		Bácskai rizseshús savanyú Allergének:0	Köményes sertés sült kelkáposzta főzelék Túró Rudi Allergének:1	Fokhagymás pulykamell grillzöldség Allergének:1	Szezámragos rántott csirkemell steak burgonya savanyú Allergének: 1,3,11	

Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!

Juhász Anikó

Juhász Anikó tű.alezredes k.főreferens
közegészségügyi-járványügyi főfelügyelő

Vékony Lászlóné

Vékony Lászlóné
konyhavezető

Dr. Makkai Lászlóné

Dr. Makkai Lászlóné
élelmelési alosztályvezető

Simon Máté

Simon Máté tű. örgy.
logisztikai osztályvezető

BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

2021.március 16-19.

Dátum	Reggeli	Leves	A menü	B menü	C menü	XXL menü	Vacsora
15. hétfő							
16. kedd	Tejeskávé, tea pulykasonka, margarin, zsemle, kifli Allergének: 1,7		Fűszeres tepsis tarja petr.burgonya savanyú Allergének:0	Húsgombóc paradicsommártás főtt burgonya Allergének: 1,3,9	Óvári csirkemell burgonyapüré őszibarack befőtt Allergének: 7	Kijevi csirkemell kukoricás rizs savanyú Allergének: 1,3	Túristaszalámi margarin kefir zsemle, kifli Allergének:1,7
17. szerda	Gyümölcstea, tojásrántotta csemege uborka kenyér Allergének:1,3		Milánói makaróni banán Allergének: 1	Brassói aprópecsenye pirított burgonya savanyú Allergének: 0	Almás fűszeres csirkemell bulgur Allergének: 1	Nyitrai sertéskaraj párolt rizs szírvány saláta Allergének: 1,3,7,10	Májpástétom póréhagyma gyümölcs joghurt kenyér Allergének:1,7
18. csütörtök	Tej, tea, kenőmájás margarin kakócsiga kenyér Allergének: 1,7		Rakott burgonya savanyú Allergének: 3,7	Mákos nudli alma Allergének:1	Csirkemelles spenótos penne Allergének: 1,7	Sertés flekken steak burgonya savanyú Allergének: 1,10	Zalai felvágott margarin krémsajt kenyér Allergének:1,7
19. péntek	Citromos tea, párizsi trappista sajt zsemle, kifli Allergének: 1,7		Zúzapörkölt tarhonya savanyú Allergének: 1	Mézes-sütitőkös csirkemell párolt rizs Allergének:0	Mustáros pulykamell csőbensült zöldségek Allergének: 3,7,10	Tonhal Orly-i módra vegyesköret savanyú Allergének:1,3,4,7,	

Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!

Juhász Anikó

Juhász Anikó tű.alezredes k.főreferens
közegészségügyi-járványügyi főfelügyelő

Vékony Lászlóné
Vékony Lászlóné
konyhavezető

Dr. Makkai Lászlóné
Dr. Makkai Lászlóné
élelmzési alosztályvezető

Simon Máté
Simon Máté tű.örgy.
logisztikai osztályvezető

BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

2021.március 22-26.

Dátum	Reggeli	Leves	A menü	B menü	C menü	XXL menü	Vacsora
22. hétfő			Mézes oldalas BBQ szósszal steak burgonya savanyú Allergének: 1,10	Sertéspörkölt kapos tökfőzelék nápolyi Allergének: 1,7	Barackos csirkemell burgonyapüré Allergének: 7	Chilis pulykamell rizi-bizit savanyú Allergének: 1,3	Hideg sült francia saláta zsemle, kifli Allergének:3,7,10
23. kedd	Gyümölcs tea, kenőmájas tömlős, főtt tojás, lilahagyma, zsemle, kifli Allergének: 1,3		Csülkös pacalpörkölt petrezselymes burgonya savanyú Allergének:0	Natúrszelet pirított gomba petrezselymes rizs Allergének:1	Roston sült csirkefalatok majonézes kukorica saláta Allergének: 7,10	Zalai pulykamell steak burgonya savanyú Allergének:1,3,7	Téliszalámi medve sajt margarin kefir kenyér Allergének:1,7
24. szerda	Kakaó, tea párizsi, margarin jam, zsemle, kifli Allergének: 1,7		Csikós tokány orsó tészta savanyú Allergének: 1,7	Túróval töltött zsemle Allergének:1,3,7	Natúr pulykamell baconos ceruzab Allergének: 0	Rántott sajt mexikói rizs tartármártás Allergének: 1,3,7,10	Olajos hal croissant kenyér Allergének:1
25. csütörtök	Citromos tea, körözött, zöldhagyma kenyér Allergének: 1,7		Serpenyős burgonya savanyú Allergének: 0	Natúr szelet zöldborsó főzelék müzli szelet Allergének: 1,3,7	Stefánia szelet zellerpürével Allergének:1,3,9	Rántott tonhal párolt rizs tartármártás Allergének: 1,3,4,7,10	Prágai sonka eidámi sajt margarin kenyér Allergének:1,7
26. péntek	Gyümölcs tea, sült debreceni minimustár, kenyér Allergének:1,10		Lyoni sertés szelet pirított burgonya savanyú Allergének: 1,10	Reszelt csirkemáj petrezselymes burgonya savanyú Allergének: 0	Rántott vegyes zöldség petrezselymes rizs tartármártás Allergének: 1,3,7,10	Párizsi csirkemell vajás burgonya savanyú Allergének: 1,3	

Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!

Juhász Anikó

Juhász Anikó tű.alezredes k.főreferens
közegészségügyi-járványügyi főfelügyelő

Vékony Lászlóné
Vékony Lászlóné
konyhavezető

Dr. Makkai Lászlóné
élelmelési alosztályvezető

Simon Máté
Simon Máté tű. őrgy.
logisztikai osztályvezető

BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

2021.március 29-31.

Dátum	Reggeli	Leves	A menü	B menü	C menü	XXL menü	Vacsora
29. hétfő	Tej, tea olasz felvágott kakaós csiga kenyér Allergének:1,7		Cigány pecsenye petr. burgonya savanyú Allergének: 1,10	Sonkával sajttal töltött pulykarolád burgonyapüre savanyú Allergének: 7	Ananászos csirkemell párolt rizs Allergének:1,3	Szezámragos rántott csirkemellfilé kukoricásrizs savanyú Allergének: 1,3,11	Téliszalámi medve sajt margarin póréhagyma kenyér Allergének:1,7
30. kedd	Gyümölcs tea, gépsonka, edámi sajt, jégcsap retek zsemle, kifli Allergének: 1,7		Grillezett csirkemell zöldségágyon Allergének:0	Sertéspörkölt kapros tökfőzelék Balaton szelet Allergének:1,7	Natúr tonhal fokhagymás-citromos vajmártás petrezselymes burgonya Allergének:1,7	Zalai pulykamell petrezselymes rizs, savanyú Allergének: 1,3,7	Chilisbab narancs kenyér Allergének:1,7
31. szerda	Kakaó,tea párizsi jam kalács, zsemle Allergének:1,7		Csirkemell paprikás galuska savanyú Allergének: 1,3	Köményes sertés sült kelkáposzta főzelék Túró Rudi Allergének:1,7	Fokhagymás pulykamell grillzöldség Allergének:1	Szezámragos rántott sertéskaraj pirított burgonya savanyú Allergének: 1,3,11	Paprikás szalámi sajtos stangli alma Allergének:1,7
01. csütörtök							
02. péntek							

Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!

Juhász Anikó

Juhász Anikó tő.alezredes k.főreferens
közegészségügyi-járványügyi főfelügyelő

Vékony Lászlóné

Vékony Lászlóné
konyhavezető

Dr. Makkai Lászlóné

Dr. Makkai Lászlóné
élelmzési alosztályvezető

Simon Máté tő. őrgy.

Simon Máté tő. őrgy.
logisztikai osztályvezető

1.



GLUTÉN

2.



RÁK

3.



TOJÁS

4.



HAL

5.



FÖLDIMOGYORÓ

6.



SZÓJA

7.



LAKTÓZ

ÉLELMISZEREKBE ELŐFORDULÓ ALLERGIÁT OKOZÓ ALAPANYAGOK

8.



DIÓFÉLÉK

9.



ZELLER

10.



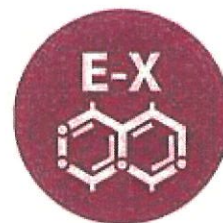
MUSTÁR

11.



SZEZÁMMAG

12.



KÉN-DIOXID
ÉS SZULFITOK

13.



PUHATESTŰEK

14.



CSILLAGFÜRT