



BM ORSZÁGOS KATASZTRÓFAVÉDELMI FŐIGAZGATÓSÁG  
GAZDASÁGI ELLÁTÓ KÖZPONT  
LOGISZTIKAI IGAZGATÓHELYETTESI SZERVEZET

## ÉTREND

2024. január 08.-tól január 31.-ig

### Laktanya utcai főzőkonyha

Étkezéssel kapcsolatos információt a BM OKF GEK Laktanya utcai Élelmezési Alosztályon a: BM 41-171, vagy 41-170 telefonszámon adunk.

Az étrendet az osztályokra, titkárságokra a külsős igénylők részére, e-mailen továbbítjuk.

A hallgatók étkezési felelőseinek személyesen adjuk át, valamint a KOK „intra”-ról letölthető.

Az étkezési igényeket 2024.01.02.-ig a BM OKF GEK Élelmezési Alosztály részére [pallag.b.andrasne@katved.gov.hu](mailto: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

2024.01.08.-án 8.00 -9.00-ig történik az étteremben, bankkártyával OTP Szép kártyával vendéglátás alszámláról.

Az étkezési jegyeket átvételkor kérjük ellenőrizni!

Rendelhető:

A-menü+leves;

B-menü leves nélkül;

A B-menü napi igénylése naponta 8 órától 08:30-ig lehetséges

Az étkezési pótigények leadása írásban munkanapokon legkésőbb az étkezést megelőzően 48 órával naponta 10.00 óráig 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, 2023.12.07.

Tóth Gábor tű. őrnagy  
élelmezési alosztályvezető

Simon Máté tű. alezredes  
mb. logisztikai igazgatóhelyettes

## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

**BÚÉK!** Az étrend változtatás jogát fenntartjuk. **BÚÉK!**

2024. január 08.-12.

Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (leves nélkül)	Vacsora
2024.01.08	C.tea, tejeskávé, Sonka, dzsem, minimargarin, kenyér, 1,3,6,7	Tarhonyaleves 1,3,9	Tökfőzelék sertéspörkölt, sport szelet 1,3,7	Cigánypecsenye, petrezselymes burgonya, savanyúság	Tömlős kenőmájas, banán, kenyér 1,7,
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.09	C.tea, Téliszalámi, medvesajt, minimargarin, retek, kifli, zsemle, 1,7	Húsleves csigatésztával 1,3,9	Paradicsomos húsgombóc, sós burgonya, müzli szelet 1,3,9	Sajtos, ananászos csirkemell, párolt rizs, 1,3,7,10	Medve sajt, sport szelet zsemle, narancs 1,3
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.10	Kakaó, tea, Olasz felvágott, minimargarin, szerelmeslevél, zsemle, 1,3,7	Magyaros burgonyaleves kolbással 1,7,9	Paraj főzelék, sertés vagdalt, fél adag főtt burgonya, túró rudi 1,3,7	Párizsi csirkemell, vegyes köret, savanyúság 1,3,7	Paprikás szalámi mini margarin banán zsemle, kifli 1,7
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.11	C.tea, Tepertőkrém, Főtt tojás, lilahagyma, kenyér 1,3,7	Frankfurti leves 1,3,6,7,	Bácskai rizseshús, savanyúság	Rántott pulykamell, vegyes köret, savanyúság 1,3,7	Zala felvágott, mini margarin, kenyér, alma 1,7
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.12	C.tea, Főtt virsli mustár, ketchup, kenyér 1,3,7	Daragaluska leves 1,3,9	Fokhagymás sertéssült, kelkáposzta főzelék, Sport szelet 1,3,7	Olaszos csirkemell, steak burgonya, savanyúság 7	
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	

*Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!*

## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2024. január 15.-19.

Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (minden nap 10:00 óráig rendelhető, leves nélkül)	Vacsora
2024.01.15	Kakaó, C.tea Diák csemege felvágott, minimargarin, medve sajt, zsemle, kifli 1,3,7	Sertésraguleves, eperlevéllel 1,3,9	Zöldbab főzelék, vagdalt pogácsa, müzli szelet 1,3,7	Rántott tonhal, petrezselymes rizs, tartár 1,3,7,10	Tömlős sajt kenyér, paprika, croissant 1,3
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.16	C.tea, Hagymás tojásrántotta, kenyér, savanyúság 1,3	Daragaluska leves 1,3	Vadas marha apró, spagetti 1,3,7,9,10	Rántott karaj, steak burgonya, savanyúság 1,3,7	Tömlős kenőmájas, narancs, kenyér 1,7,
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.17	C.tea, Kakaó, Szeletelt sonka, z. paprika, briós, minimargarin, kenyér, 1,3,7	Húsgombóc leves 1,3,9	Burgonya főzelék, sertés pörkölt, Balaton szelet 1,3,7,10	Dubary csirkemell, burgonyapüré 4,7	Sült karaj felvágott, minimargarin croissant zsemle, kifli 1,7
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.18	C.tea, Füstölt-főtt tarja, főtt tojás, zöld paprika, kenyér 1,3,7	Babgulyás 1,3,9	Lekváros gombóc, banán 1,3,7	Sült csirke felsőcomb, mexikói rizs, savanyúság	Olajos halkonzerv, narancs, kenyér, 1,7
		1 doboz 50.-	1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	
2024.01.19	C.tea, Sült Debreceni, ketchup, mustár, kenyér 1,3,6,10	Zöldborsó leves 1,3,7	Székelykáposzta, müzli szelet 1,7	Rántott sajt, párolt rizs, tartár 1,3,7,10	
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	

*Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!*

## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2024. január 22.-26.

Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (minden nap 10:00 óráig rendelhető, leves nélkül)	Vacsora
2024.01.22	C.tea, tej, téliszalámi, minimargarin, zsemle, kifli, briós 1	Fokhagyma krémleves, levesgyöngy 1,7,9	Rakott húsos kelkáposzta, alma 1,3,7	Natúr csirkemell, pirított gombával, párolt rizs, savanyúság	Gyümölcsjoghurt, zala felvágott mini margarin, zsemle 1,3,7
		2 doboz 100.-	1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	
2024.01.23	C.tea, tömlős kenőmájas, szeletelt trappista sajt, jégcsapretek, kenyér, 1,7	Erdei gyümölcsleves 1,3,7	Paprikás csirke (mell), galuska, savanyúság 1,3,7	Chilis bab füstölt hússal 1	Gyulai kolbász kenyér, alma 1
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	1 doboz 50.-	
2024.01.24	C.tea, kakó, Párizsi, minimargarin, zsemle, kalács, 1,3	Gulyásleves 1,3,7	Túrós derelye, vaníliaöntet, alma 1,3,7,8	Sertés flekken, steak burgonya, savanyúság 10	Olajos hal croissant kenyér 1,7
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.25	C.tea, tej, Tepertőkrém, főtt tojás, lilahagyma, kenyér 1,3,7	Paradicsomleves 1,3,7,9,	Tarhonyás hús, savanyúság, narancs 1,3	Sajttal-sonkával töltött csirkemell rántva, petrezselymes burgonya, savanyúság 1,3,7	Paprikás szalámi, kockasajt kenyér, pogácsa 1,3
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	
2024.01.26	C.tea, tej, Főtt császárszalonna, paradicsom, kenyér, bukta 1,7	Tárkonyos pulykaragu leves 1,3,7,10	Sárgaborsó főzelék, sült kolbász, túró rudi 1,7,10	Rántott sajt, rizi-bizi, tartár 1,3,7,10	
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	

*Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!*

## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.


2024. január 29.-31.


Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (minden nap 10:00 óráig rendelhető, leves nélkül)	Vacsora
2024.01.29	C.tea, tejeskávé, Sonka, dzsem, minimargarin, kenyér, 1,3,6,7	Zöldségleves gazdagon 1,3,9	Zöldborsó főzelék, köményes natúr csirkemell, túró rudi 1,7,10	Rántott csirkemell, vegyes köret, nápolyi szelet, savanyúság 1,3,7,9,10	Tömlős kenőmájas, paradicsom, kenyér, csoki 1,7,
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	1 doboz 50.-	
2024.01.30	C.tea, Téliszalámi, medvesajt, minimargarin, paprika, kifli,zsemle, 1,7	Palóc leves 1,3,7	Vargabéles, alma 1,3,7	Rántott pulykamell, rizi-bizi, savanyúság 1,3,7	Szeletelt karaj, sport szelet zsemle, z. paprika 1,3
		1 doboz 50.-	1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	
2024.01.31	C.tea, tejeskávé,Kolbászos tojásrántotta, kenyér, 1,3,6,7	Pulykanyak leves 1,3,9	Sertésvagdalt, Paradicsomos káposzta főzelék, sport szelet 1	Rántott camembert, burgonyakrokkett, erdei gyümölcs öntet 1,3,7	Füstölt tarja, mini margarin croissant kenyér 1,7
		1 doboz 50.-	2 doboz 100.-	2 doboz 100.-	

**Minden kedves vendégünknek jó étvágyat, és **Boldog Új Évet** kívánunk!**

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

  
**Vékony Lászlóné**  
 konyhavezető

  
**Tóth Gábor tű. őrgy.**  
 étellemezési alosztályvezető

  
**Simon Máté tű. Alezredes**  
 mb. logisztikai igazgatóhelyettes

1.



GLUTÉN

2.



RÁK

3.



TOJÁS

4.



HAL

5.



FÖLDIMOGYORÓ

6.



SZÓJA

7.



LAKTÓZ

## ÉLELMISZEREKBE ALLERGIÁT OKOZÓ ELŐFORDULÓ ALAPANYAGOK

8.



DIÓFÉLÉK

9.



ZELLER

10.



MUSTÁR

11.



SZEZÁMMAG

12.



KÉN-DIOXID  
ÉS SZULFITOK

13.



PUHATESTŰEK

14.



CSILLAGFÜRT