



BM ORSZÁGOS KATASZTRÓFAVÉDELMI FŐIGAZGATÓSÁG  
GAZDASÁGI ELLÁTÓ KÖZPONT  
LOGISZTIKAI IGAZGATÓHELYETTESI SZERVEZET

## ÉTREND

2024. február 01.-től február 29.-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

2024.02.01.-én 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, 2024.01.17.

Tóth Gábor t. őrnagy  
élelmezési alosztályvezető



Simon Máté t. alezredes  
mb. logisztikai igazgatóhelyettes

## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2024. február 01.-02.

| Dátum | Reggeli | Leves + A menü |  | B menü (leves nélkül) | Vacsora |
|-------|---------|----------------|--|-----------------------|---------|
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |
|       |         |                |  |                       |         |



## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2024. február 05.-09.

| Dátum      | Reggeli  | Leves + A menü                          |  | B menü (leves nélkül)   | Vacsora  |
|------------|--|---|--|---|--|
| 2024.02.05 | Kakaó, C.tea Diák csemege felvágott, minimargarin, medve sajt, zsemle, kifli 1,3,7 | Sárgaborsó krémleves, levesgyöngy 1,3,7 | Bolognai spagetti, reszelt sajt, gyümölcs 1,3,7    | Füstölt grill tarja, steak burgonya, savanyúság                 | Tömlős sajt kenyér, narancs, croissant 1,3                     |
|            |  | 1 doboz 50.-                            | 1 doboz 50.-                                       | 2 doboz 100.-   |  |
| 2024.02.06 | C.tea, Hagymás sonkás tojásrántotta, kenyér, savanyúság 1,3                        | Marhahúsleves csigatésztával 1,3        | Parajos csirkés penne, gyümölcs 1,3,7              | Rántott sajt, párolt rizs, tartár 1,3,7,10                      | Tömlős kenőmájas, alma, kenyér 1,7,                            |
|            |  | 1 doboz 50.-                            | 1 doboz 50.-                                       | 2 doboz 100.-   |  |
| 2024.02.07 | C.tea, Kakaó, Szeletelt sonka, jégcsap retek, briós, minimargarin, kenyér, 1,3,7   | Tárkonyos csirkeraguleves 1,3,7         | Mákos nudli, gyümölcs 1,3,7                        | Sült csirke felsőcombok, zöldséges bulgur, savanyúság 1         | Sült karaj felvágott, minimargarin croissant zsemle, kifli 1,7 |
|            |  | 1 doboz 50.-                            | 1 doboz 50.-                                       | 1 doboz 50.-  |  |
| 2024.02.08 | C.tea, Főtt virsli, ketchup, mustár, kenyér 1,3,6,10                               | Sertés gulyásleves 1,3,9                | Juhtúrós, szalonnás sztrzapacska 1,3,7             | Szezámagos rántott pulykamell, vajás burgonya, savanyúság 1,3,7 | Olajos halkonzerv, alma, kenyér, 1,7                           |
|            |  | 1 doboz 50.-                            | 2 doboz 100.-                                      | 2 doboz 100.-   |  |
| 2024.02.09 | C.tea, Füstölt-főtt tarja, főtt tojás, zöld paprika, kenyér 1,3,7                  | Minestrone leves, pirított makaróni 1,3 | Parajfőzelék rántott párizsi, főtt burgonya. 1,3,7 | Cigány pecsenye, hagymás tört burgonya, savanyúság              |  |
|            |  | 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. február 12.-16.

| Dátum      | Reggeli   | Leves + A menü                      |  | B menü (leves nélkül)                                       | Vacsora   |
|------------|---|-------------------------------------|--|---|---|
| 2024.02.12 | C.tea, tej téliszalámi, minimargarin, zsemle, kifli, lekváros levél 1 | Spárgakrém leves, levesgyöngy 1,3,7 | Sertéspörkölt, tarhonya, savanyúság 1,3              | Rántott tengeri halfilé, párolt rizs, tartár 1,3,4,7,10     | Gyümölcsjoghurt, zala felvágott mini margarin, zsemle 1,3,7 |
|            |   | 1 doboz 50.-                        | 2 doboz 100.-  | 2 doboz 100.-   |   |
| 2024.02.13 | C.tea, májpástétom, szeletelt trappista sajt, banán, kenyér, 1,7      | Babgulyás 1,3,7                     | Ízes derelye, gyümölcs 1,3,7                         | Tűzdelt pulykacomb, főtt burgonya, párolt káposzta          | Gyulai kolbász kenyér, mandarin 1                           |
|            |   | 1 doboz 50.-                        | 1 doboz 50.-   | 2 doboz 100.-   |   |
| 2024.02.14 | C.tea, kakó, Párizsi, minimargarin, zsemle, kalács, 1,3               | Tárkonyos harcsaraguleves 1,4,7,9   | Lekváros piskótatekercsek, csokoládéöntettel 1,3,7   | Rántott karaj, steak burgonya, savanyúság 1,3               | Olajos hal croissant kenyér 1,7                             |
|            |   | 1 doboz 50.-                        | 2 doboz 100.-  | 2 doboz 100.-   |   |
| 2024.02.15 | C.tea, tej, Tepertőkrém, főtt tojás, póréhagyma, kenyér 1,3,7         | Pulykanyak leves, cérnametél 1,3    | Zöldbabfőzelék, sült kolbással                       | Baconbe tekert csirkemell, mexikói bulgur, gyümölcsbefőtt 1 | Paprikás szalámi, kockasajt kenyér, paprika 1,3             |
|            |   | 1 doboz 50.-                        | 2 doboz 100.-  | 2 doboz 100.-   |   |
| 2024.02.16 | C.tea, tej, Főtt császárszalonna, lila hagyma, kenyér, bukta 1,7      | Erdeigyümölcs leves 1,7             | Pírtott hagymás csirkemáj, főtt burgonya, savanyúság | Tejszínes-gombás csirketokány, spagetti, 1,3,7              |   |
|            |   | 1 doboz 50.-                        | 2 doboz 100.-  | 1 doboz 50.-  |   |

*Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!*

## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2024. február 19.-23.

| Dátum      | Reggeli  | Leves + A menü                     |   | B menü (leves nélkül)                                     | Vacsora  |
|------------|--|------------------------------------|---|---|--|
| 2024.02.19 | C.tea, tejeskávé, Sonka, dzsem, minimargarin, kenyér, 1,3,6,7          | Paradicsomleves, betűtészta<br>1,3 | Rántott tengeri halfilé, párolt rizs, tartár 1,3,4,7,10 | Csirkemell Dubary módra, vajás burgonya, savanyúság 1,3,7 | Tömlős kenőmájas, medvesajt, alma, kenyér 1,7,             |
|            |  | 1 doboz 50.-                       | 2 doboz 100.-   | 2 doboz 100.-   |  |
| 2024.02.20 | C.tea, Téliszalámi, medvesajt, minimargarin, uborka, kifli,zsemle, 1,7 | Tojásleves, 1,3                    | Csirkepaprikás galuskával, savanyúság 1,3               | Olaszos csirkemell, mexikói rizs, savanyúság 7            | Szeletelt karaj, sport szelet zsemle, narancs 1,3          |
|            |  | 1 doboz 50.-                       | 2 doboz 100.-   | 2 doboz 100.-   |  |
| 2024.02.21 | C.tea, tejeskávé,Tojáskrém, kenyér, szerelmeslevél 1,3,6,7             | Daragaluska leves 1,3,9            | Paradicsomos káposztafőzelék, sertésvagdalt 1,3         | Párizsi csirkemell, steak burgonya, savanyúság 1,3,7      | Füstölt tarja, mini margarin croissant, narancs kenyér 1,7 |
|            |  | 1 doboz 50.-                       | 2 doboz 100.-   | 2 doboz 100.-   |  |
| 2024.02.22 | C.tea, Magyaros tojásrántotta, kenyér, savanyúság, 1,3                 | Frankfurti leves 1,7,9             | Grill tarja, serpenyős burgonyával                      | Milánói sertésborda 1,3,7                                 | Szeletelt kolbász, medve sajt, zsemle, zöldség 1,7         |
|            |  | 1 doboz 50.-                       | 1 doboz 50.-  | 2 doboz 100.-   |  |
| 2024.02.23 | C.tea, Körözött, trappista sajt, lila hagyma, kenyér,                  | Májgaluskaleves 1,3,9              | Székelykáposzta 7                                       | Rántott camembert, burgonya krokett, áfonya öntet 1,3,7   |  |
|            |  | 1 doboz 50.-                       | 1 doboz 50.-  | 2 doboz 100.-   |  |

*Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!*



## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2024. február 26.-29.

| Dátum      | Reggeli  | Leves + A menü                      |   | B menü (leves nélkül)                         | Vacsora  |
|------------|--|-------------------------------------|---|---|--|
| 2024.02.26 | C.tea, tej, téliszalámi, mini margarin, kakaós csiga, kenyér 1,7 | Zeller krémleves, levesgyöngy 1,3,7 | Bácskai rizseshús, savanyúság                   | Barackos csirkemell, burgonyapüré 7           | Szeletelt karaj, kockasajt kenyér, mandarin 1,3                |
|            |  | 1 doboz 50.-                        | 2 doboz 100.-                                   | 1 doboz 50.-                                  |  |
| 2024.02.27 | C.tea, Főtt virsli, mustár, ketchup, kenyér, 1,3,7               | Jókai bableves 1,3,7                | Dejós metélt, sárgabarack ízzel, gyümölcs 1,3,7 | Vadas marha apró, spagettivel 1,7,10          | Készételkonzerv, alma, kenyér 1,7,                             |
|            |  | 1 doboz 50.-                        | 2 doboz 100.-                                   | 2 doboz 100.-                                 |  |
| 2024.02.28 | C.tea, kakó, Párizsi, minimargarin, zsemle, kalács, 1,3          | Húsleves eperlevéllel 1,3           | Paradicsomos húsgombócok főtt burgonya 1,3      | Rántott sajt, rizi-bizi, tartár 1,3,7,10      | Tömlős kenőmájás, alma, kenyér 1,7,                            |
|            |  | 1 doboz 50.-                        | 1 doboz 50.-                                    | 2 doboz 100.-                                 |  |
| 2024.02.29 | C.tea, tej, Tepertőkrém, főtt tojás, póréhagyma, kenyér 1,3,7    | Málna krémleves 1,7                 | Magyaros rakott burgonya 3,7                    | Chilis bab füstölt hússal, reszelt sajt 1,3,7 | Sült karaj felvágott, minimargarin croissant zsemle, kifli 1,7 |
|            |  | 1 doboz 50.-                        | 1 doboz 50.-                                    | 2 doboz 100.-                                 |  |

**Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!**

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

*Vékony Lászlóné*  
**Vékony Lászlóné**  
 konyhavezető

*Tóth Gábor t. őrgy.*  
**Tóth Gábor t. őrgy.**  
 ételmezési alosztályvezető



*Simon Máté t. Alez.*  
**Simon Máté t. Alez.**  
 mb. logisztikai igazgatóhelyettes

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