



BM ORSZÁGOS KATASZTRÓFAVÉDELMI FŐIGAZGATÓSÁG  
GAZDASÁGI ELLÁTÓ KÖZPONT  
LOGISZTIKAI IGAZGATÓHELYETTESI SZERVEZET

## ÉTREND

2025. január 06.-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 2024.12.11.-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

2025.01.06.-án 8.00 -9.00-ig történik az étteremben, bankkártyával OTP Szép kártyával.

Az étkezési jegyeket átvételkor kérjük ellenőrizni!

Rendelhető:

A-menü+leves;

B-menü leves nélkül;

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, 2024.12.04.

  
Simon Máté t. alezredes  
logisztikai igazgatóhelyettes



## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2025. január 06 - 10.

Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (leves nélkül)	Vacsora
2025.01.06	Gyümölcs tea, karamell, párizsi, margarin túrósbatyu, kenyér 1,7	Spárgakrémleves, levesgyöngy 1,3,7	Székelykáposzta, sütemény 1,3,7	Rántott tonhal, petrezselymes rizs, tartármártás, banán 1,3,7,10	Zala felvágott, mini margarin, croissant kenyér, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.07	Gyümölcs tea, nyitott szendvics, banán 1,7	Tojásleves 1,3	Párolt sertés szelet, meggy mártás, főtt burgonya 1,7	Sajjtal töltött csirkemell rántva, mexikói rizs, savanyúság, gyümölcs 1,3,7	Téli szalámi, margarin, medve sajt, kenyér, narancs 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.08	C.tea, tej, tojásrántotta, kenyér, savanyúság 1,3	Húsleves, csigatészta 1,3	Gombás sertéstokány, penne tészta, sütemény 1,3,7	Rántott karaj, vegyes köret, savanyúság, gyümölcs 1,3,7	Májpástétom konzerv, paprika, zsemle, csoki 1,3
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.08	Gyümölcs tea, tej, paprikás szalámi, margarin, medve sajt, zsemle, briós 1,7	Sárgaborsó gulyás 1,3	Vargabéles, gyümölcs 1,3,7	Rántott camembert, burgonya crokett, áfonya öntet 1,3,7	Olajos halkonzerv, croissant kenyér, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.09	Gyümölcstea, sült debreceni kolbász, mustár, ketchup, kenyér 1,6,7,10	Zöldségleves gazdagon, eperlevél 1,3	Milánói sertésborda 1,3,7	Óvári sertésszelet, burgonyapüré, gyümölcs 1,7	
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
<b><i>Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!</i></b>					

**BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND**

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2025. január 13 - 17.

Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (leves nélkül)	Vacsora
2025.01.13	Gyümölcstea, főtt virsli, mustár, ketchup, kenyér 1,6,7,10	Tejfölös gombaleves csipetkével 1,3,9	Brassói aprópecsenye, savanyúság	Rántott pulykamell, mexikói rizs, savanyúság, sütemény 1,3,4,7,	Paprikás szalámi, mini margarin, banán, zsemle, kifli 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.14	C.tea, Magyaros körözött, trapista sajt, zöld paprika, kenyér 1,3,7	Karfiolleves, kiskocka tészta 1,3,7	Tarhonyás hús, savanyúság, müzli szelet 1,3,7	Chilis rántott karaj, vajás burgonya, savanyúság, müzli szelet 1,3,7	Bagett szendvics, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.15	Tea, kakaó, Olasz felvágott, minimargarin, kalács, zsemle, kifli 1,3,7	Daragaluska leves 1,3	Sertéspörkölt, tésztaköret, savanyúság 1,3	Rántott sajt, petrezselymes rizs, tartármártás 1,3,7	Téli szalámi, margarin, medve sajt, zsemle, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.16	C.tea, Tepertőkrém, főtt tojás, paradicsom, kenyér 1,3,7	Alföldi csibelevés 1,3,7,9	Hentestokány, petrezselymes rizs, savanyúság, csoki 1	Cigány pecsenye, sült kocka burgonya, savanyúság, csoki	Tömlős sajt, gyümölcs joghurt, zsemle, banán
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.17	C.tea, tejeskávé, párizsi minimargarin, dzsem, kifli, zsemle 1,3,6,7	Sertés raguleves, eperlevél 1,8,9	Natúr szelet, paradicsomos káposztafőzelék, csoki 1,9	Dubary csirkemell, párolt rizs, savanyúság, csoki 1,3,7	
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	

*Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!*

## BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

2025.január 20 - 24 .

Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (leves nélkül)	Vacsora
2025.01.20	C.tea, füstölt - főtt tarja, tojás, zöld paprika, kenyér 1,3,7	Erdei gyümölcsleves 1,7	Debreceni sertéstokány, párolt rizs, savanyúság 1	Rántott csirkemell, vegyesköret, savanyúság, sütemény 1,3,7	Tömlős kenőmájás, gyümölcs joghurt, zsemle 1,3
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.21	C.tea, tej, Magyaros tojásrántotta, kenyér, savanyúság 1,3	Palócleves 1,7	Bácsaki rizseshús, savanyúság, sport szelet 1	Sült csirke felsőcombok, vajás burgonya, savanyúság 7	Kefír, Zala felvágott, margarin, kifli, zsemle, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.22	C.tea, Kakaó, Szeletelt sonka, z. paprika, briós, minimargarin, kenyér 1,3,7	Zöldborsóleves, csipet levesbetét 1,3	Olaszos csirkemell, vegyes köret, savanyúság 7	Rántott tonhal, petrezselymes rizs, tartármártás, sütemény 1,3,7	Bagett szendvics, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.23	C.tea, tej, Császár szalonna, trapista sajt, lilahagyma, kenyér 1,7	Magyaros gombaleves 1,3,7	Reszelt máj, petrezselymes burgonya, savanyúság	Lyoni sertésstarja, steak burgonya, savanyúság, alma 1,10	Májpástétom konzerv, paprika, zsemle, csoki 1,3
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.24	C.tea, tejeskávé, csemege sonka, minimargarin, briós, kifli, zsemle 1,3,6,7	Pulykanyak leves, eperlevél 1,3	Stefánia vagdalt, kapros tökfőzelék, csoki 1,3,7	Sajttal, sonkával töltött rántott csirkemell, sült burgonya, savanyúság 1,3,7	
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	

*Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!*

**BM OKF GEK LOGISZTIKAI OSZTÁLY ÉLELMEZÉSI ALOSZTÁLY ÉTREND**

Az étrend változtatás jogát fenntartjuk.

**2025.január 27 - 31.**

Dátum	Reggeli	Leves + A menü		B menü (leves nélkül)	Vacsora
2025.01.27	Gyümölcsstea, főtt virsli, mustár, ketchup, kenyér 1,6,7,10	Sütőtök krémleves, pirított zsemlekocka	Csirkepaprikás galuska, savanyúság 1,3,7	Mátrai borzas, petrezselymes burgonya, sütemény 1,3,7	Baromfi párizsi, margarin, paprika, gyümölcs joghurt, zsemle
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.28	C.tea, tejeskávé, párizsi, minimargarin, dzsem, kifli, zsemle 1,3,6,7	Daragaluska leves	Füstölt tarja, lencsefőzelék, mandarin 1,7,10	Rántott pulykamell, kukoricás rizs, savanyúság 1,3,7	Bagett szendvics, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.29	Gyümölcs tea, tej, paprikás szalámi, margarin, medve sajt, zsemle, briós 1,7	Tárkonyos pulykaraguleves 1,3,7	Vargabéles alma 1,3,7	Rántott seréskaraj, steak burgonya, savanyúság, sütemény	Zala felvágott, mini margarin, croissant kenyér, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.30	Gyümölcsstea, tojásrántotta, savanyú, kenyér 1,3	Gulyás leves, csipetke 1,9	Túrós csusza 1,3,7	Kijevi csirkemell, steak burgonya, savanyú, banán 1,3,7	Téli szalámi, margarin, medve sajt, zsemle, alma 1,7
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	
2025.01.31	Karamell, tea, párizsi, margarin, mini jam, zsemle, kifli 1,7	Karfiolleves, eperlevél 1,9	Natúr szelet, pirított gomba, petrezselymes rizs, savanyúság 1	Barackos csirkemell, burgonyapüré, sütemény 1,3,7	Aszalt szilvával töltött csirkemell, burgonyapüré, sütemény 1,7,11
		1 doboz	2 doboz	2 doboz	

**Minden kedves vendégünknek jó étvágyat kívánunk!**

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

*Vékony Lászlóné*  
Vékony Lászlóné  
konyhavezető

*[Signature]*  
Élelmezési alosztályvezető h.

*Simon Máté t. alez.*  
Simon Máté t. alez.  
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