



ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.05.04.–2026.05.08.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

Almalé 100%-os
Zöldborsós csirkeragu (1)
Párolt rizs
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,10,12

EN:643
ZS:15,7
SZH:94,5

TZS:3
FH:24
SÓ:2,69

Zöldséglevés fridattal (1,3,7,9,12)
Sertés fasírtgolyó
Gyöngybabfőzelék (1,7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:639
ZS:20,2
SZH:70,2

TZS:5,3
FH:31,7
SÓ:1,71

Gulyásleves (1,3,9,12)
Darásmetélt (1)
Eperöntet (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:657
ZS:16,6
SZH:105,5

TZS:3
FH:19,1
SÓ:0,49

Köménymaglevés (1)
Pirított zsemlekočka (1)
Főtt tojás (3)
Parajmártás (1,7)
Főtt burgonya (12)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,12

EN:443
ZS:14,2
SZH:55,1

TZS:5
FH:16,1
SÓ:0,76

Paradicsomlevés (1,3,9)
Kukorica morzsás csirkemell csik (1)
Rizibizi
Házi vegyes saláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9

EN:726
ZS:20,8
SZH:102,4

TZS:2,8
FH:29,2
SÓ:2,18

EBÉD B

Almalé 100%-os
Sertésbrassói (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,10,12

EN:683
ZS:23,9
SZH:89,3

TZS:7,3
FH:19
SÓ:2,32

Zöldséglevés fridattal (1,3,7,9,12)
Rakott kelkáposzta (1,7)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:462
ZS:18,4
SZH:52,6

TZS:4,6
FH:22,2
SÓ:0,94

Gulyásleves (1,3,9,12)
Tejberizs (7)
Fahéjas porcukor
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:533
ZS:13,3
SZH:86,1

TZS:6,4
FH:16,5
SÓ:0,73

Köménymaglevés (1)
Pirított zsemlekočka (1)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes bulgur (1)
Tartármártás (3,7,10)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10

EN:880
ZS:38,5
SZH:104,8

TZS:8,3
FH:19,3
SÓ:1,71

Paradicsomlevés (1,3,9)
Páztortarhonya (1,12)
Házi vegyes saláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:687
ZS:22,6
SZH:90,2

TZS:5,8
FH:22,6
SÓ:1,34

EBÉD C

Almalé 100%-os
Bazsalikomos paradicsommártás
Spagetti (1)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:599
ZS:16,4
SZH:92,9

TZS:5,9
FH:17,5
SÓ:1,01

Zöldséglevés fridattal (1,3,7,9,12)
Sajtkrémös zöldségragu (1,7)
Kuskusz (1)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:577
ZS:14,9
SZH:90,4

TZS:3,7
FH:18,9
SÓ:1,22

Gulyásleves (1,3,9,12)
Francia lecsó
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:244
ZS:8,9
SZH:27,8

TZS:2,2
FH:9,6
SÓ:0,57

Köménymaglevés (1)
Pirított zsemlekočka (1)
Csöben sült zöldségek (1,7)
Gesztenyerúd
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7

EN:425
ZS:16,4
SZH:52,1

TZS:7,9
FH:13,8
SÓ:1,25

Paradicsomlevés (1,3,9)
Túrós cicinka (1,3,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:625
ZS:16,6
SZH:81,5

TZS:6,5
FH:21,9
SÓ:1,27

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÜS-
MENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.05.11.–2026.05.15.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

BrokkolikréMLEVES (1,7,12)
Pirított tökmag
Pincepörkölt (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:540

ZS:23

TZS:5,5

FH:23,6

SZH:52,2

CK:3,3

SÓ:2,14

Bableves (1,3,9)
Paradicsomos tonhalas ragu (4)
Orsó tészta (1)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,4,7,9

EN:764

ZS:26,2

TZS:6,7

FH:38,6

SZH:90,7

CK:7,5

SÓ:1,85

Tejfőles burgonyaleves (1,7,9,12)
Túrótöltelkes gombóc (1,7)
Porcukor szórát
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:748

ZS:14,2

TZS:2,9

FH:17,9

SZH:133,5

CK:31,9

SÓ:1,73

Tojásleves (1,3)
Paradicsomos húsos káposzta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3

EN:352

ZS:18

TZS:3,9

FH:13,4

SZH:30,9

CK:15,3

SÓ:0,49

Kukorica galuska leves (3,9)
Natúr sertésszelet karajból
Sajtmártás (7,12)
Petrezselymes rizs

Allergének:
3,7,9,12

EN:594

ZS:21,1

TZS:4,2

FH:20,1

SZH:77,3

CK:5,1

SÓ:1,67

EBÉD B

BrokkolikréMLEVES (1,7,12)
Pirított tökmag
Édes-savanyú csirkeragu (6,12)
Párolt rizs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,6,7,12

EN:702

ZS:22,6

TZS:3,6

FH:30,2

SZH:87,3

CK:16,3

SÓ:2,23

Bableves (1,3,9)
Sertéshúsogolyó (1,3)
Burgonyapüré (7,12)
Színes vegyessaláta (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:722

ZS:25,5

TZS:4,5

FH:26,4

SZH:95,6

CK:10,8

SÓ:2,21

Tejfőles burgonyaleves (1,7,9,12)
Gombapörkölt (1)
Bulgur (1)
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:596

ZS:18,4

TZS:4,9

FH:15,2

SZH:81

CK:12,8

SÓ:0,89

Tojásleves (1,3)
Parajos tk.penne sajttal sütve (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

EN:514

ZS:19,9

TZS:4,5

FH:21,5

SZH:57,3

CK:6,4

SÓ:0,66

Kukorica galuska leves (3,9)
Reszelt csirkemáj
Tört burgonya (12)
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
3,9,10,12

EN:516

ZS:14,4

TZS:4,3

FH:28,8

SZH:62,5

CK:5,4

SÓ:2,4

EBÉD C

BrokkolikréMLEVES (1,7,12)
Pirított tökmag
Tejföl (7)
Reszelt sajt (7)
Spagetti (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:712

ZS:33,9

TZS:14,5

FH:30,9

SZH:67,3

CK:4,4

SÓ:1,16

Bableves (1,3,9)
Mediterrán zöldséges bulgur (1,9)
Sajt szórát (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,9

EN:698

ZS:19,8

TZS:6,2

FH:25,5

SZH:91,7

CK:9

SÓ:0,95

Tejfőles burgonyaleves (1,7,9,12)
Tejbedara (1,7)
Kakaós szórát
Alma
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,9,12

EN:499

ZS:13,6

TZS:7,2

FH:14,3

SZH:77

CK:43,7

SÓ:0,83

Tojásleves (1,3)
Rántott karfiol (1)
Pritaminos rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10

EN:761

ZS:35,4

TZS:6,6

FH:16,1

SZH:92,3

CK:11,3

SÓ:2,13

Kukorica galuska leves (3,9)
Zöldséges kölesfelfújt (3,7)
Sajtmártás (7,12)

Allergének:
3,7,9,12

EN:429

ZS:16,8

TZS:5,5

FH:15,9

SZH:51

CK:7,9

SÓ:0,87

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÚS-
MENTES EBÉDRŐL!**



Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.05.18.–2026.05.22.

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
EBÉD A	<p>Tarhonyaleves (1,12) Sertéspörkölt (1) Zöldborsófőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN:463 ZS:13,1 TZS:4,4 FH:24 SZH:56,2 CK:14,6 SÓ:0,81</p>	<p>Húsgaluska leves (1,3,7,9,12) Burgonyás tészta (1,12) Cékla savanyúság (10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:639 ZS:22,2 TZS:4,4 FH:21,5 SZH:85 CK:10,4 SÓ:2,52</p>	<p>Vöröslencse krémleves (1,7,12) Levesgyöngy (1,3,7) Rántott sajtgolyó (1,7) Petrezselymes rizs Tartármártás (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12</p> <p>EN:825 ZS:32,7 TZS:10,2 FH:22,6 SZH:97,3 CK:8,8 SÓ:3,18</p>	<p>Almalé 100%-os Sertés fasírtgolyó Kelkáposztafőzelék (1,12) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,12</p> <p>EN:631 ZS:10,8 TZS:2,8 FH:21,9 SZH:98,4 CK:39,6 SÓ:1,84</p>	<p>Paradicsomleves (1,3,9) Natúr sertésszelet karajból Pecsenyelé (1,12) Párolt rizs Fűszeres karotta kukoricával Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN:660 ZS:22,3 TZS:3,2 FH:18,6 SZH:91,7 CK:18 SÓ:1,54</p>
EBÉD B	<p>Tarhonyaleves (1,12) Csirkés paella Csemegeuborka (10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,10,12</p> <p>EN:640 ZS:21,1 TZS:4,5 FH:27,6 SZH:77,9 CK:8 SÓ:3,31</p>	<p>Húsgaluska leves (1,3,7,9,12) Mákos guba (1,7) Vaníliás öntet (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:828 ZS:28 TZS:10,2 FH:27,7 SZH:114,1 CK:53,9 SÓ:2,02</p>	<p>Vöröslencse krémleves (1,7,12) Levesgyöngy (1,3,7) Vegetáriánus bolognai ragu (6,9) Spagetti (1) Sajt szórat (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12</p> <p>EN:789 ZS:22,4 TZS:7,9 FH:37,9 SZH:93,6 CK:12,7 SÓ:1,22</p>	<p>Almalé 100%-os Csirkepaprikás (1,7) Bulgur (1) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:856 ZS:18,1 TZS:4,1 FH:27,5 SZH:130,5 CK:41,7 SÓ:1,75</p>	<p>Paradicsomleves (1,3,9) Csirkemell nuggets (1,9) Petrezselymes burgonya (12) Coleslaw (3,7,10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12</p> <p>EN:652 ZS:21,4 TZS:2,8 FH:21,1 SZH:87,9 CK:20,9 SÓ:2,05</p>
EBÉD C	<p>Tarhonyaleves (1,12) Svájci rakott burgonya (1,3,7,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:556 ZS:24,4 TZS:12,1 FH:18,1 SZH:58,4 CK:4,9 SÓ:1,32</p>	<p>Húsgaluska leves (1,3,7,9,12) Gyümölcsrizs (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN:449 ZS:14,3 TZS:6 FH:16,3 SZH:63 CK:28,4 SÓ:0,92</p>	<p>Vöröslencse krémleves (1,7,12) Levesgyöngy (1,3,7) Sajtkrém zsöldségragu (1,7) Spagetti (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:641 ZS:17,6 TZS:5,3 FH:23,6 SZH:85,2 CK:5,6 SÓ:1,06</p>	<p>Almalé 100%-os Zöldséges rakott palacsinta (1,3,7) Banán Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:649 ZS:9,9 TZS:3,1 FH:26,2 SZH:109,2 CK:44,9 SÓ:0,97</p>	<p>Paradicsomleves (1,3,9) Rántott brokkoli (1) Párolt rizs Tartármártás (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1)</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10</p> <p>EN:884 ZS:35,8 TZS:6,7 FH:17,9 SZH:118,3 CK:24,6 SÓ:1,93</p>

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. **Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:** 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÜS-MENTES EBÉDRŐL!





ÉTLAP

Bakony Gaszt

Általános Iskola Felső Tagozat

2026.05.25.–2026.05.29.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

EBÉD A

ÜNNEPNAP

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Dino szelet (1)
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12)
Dejós morzsás nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Gyümölcsleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Rizibizi
Káposztasaláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,7,9,12

Allergének:
1,3,9,12

Allergének:
1,4,7,12

EN:0

EN:416

EN:854

EN:385

EN:681

ZS:

ZS:12,5

ZS:18,3

ZS:5,5

ZS:14,8

TZS:

TZS:2,4

TZS:4,3

TZS:0,7

TZS:1,9

FH:

FH:16,7

FH:26,3

FH:24,7

FH:24

SZH:

SZH:54,9

SZH:117,1

SZH:58,1

SZH:109

CK:

CK:2,9

CK:27,8

CK:7,6

CK:33,4

SÓ:

SÓ:1,31

SÓ:2,91

SÓ:0,93

SÓ:1,78

EBÉD B

ÜNNEPNAP

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Párolt sertészelet, karajból
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12)
Káposztás tészta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Gyümölcsleves (1,7,12)
Budapest sertésragu (1)
Tört burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,10,12

Allergének:
1,7,12

EN:0

EN:587

EN:602

EN:807

EN:577

ZS:

ZS:12,4

ZS:14,2

ZS:33,9

ZS:16,6

TZS:

TZS:1,6

TZS:2,6

TZS:6,3

TZS:6

FH:

FH:18,5

FH:21,9

FH:17,5

FH:23,5

SZH:

SZH:95,7

SZH:92

SZH:105,7

SZH:76,8

CK:

CK:34,5

CK:26,1

CK:8,6

CK:23,1

SÓ:

SÓ:1,44

SÓ:1,11

SÓ:1,83

SÓ:0,84

EBÉD C

ÜNNEPNAP

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Édes málé (1,3,7)
Szilva extra dzsem
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Tárkonyos csirkeraguleves (1,7,9,12)
Zöldség curry (4,9,12)
Kuskusz (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Tejberizs (7)
Kakaós szórát
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Gyümölcsleves (1,7,12)
Ázsiai zöldséges tészta (1,6,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,4,7,9,12

Allergének:
1,3,7,9,12

Allergének:
1,6,7,12

EN:0

EN:776

EN:617

EN:474

EN:385

ZS:

ZS:37,3

ZS:20,1

ZS:9,7

ZS:3,8

TZS:

TZS:4,6

TZS:6

TZS:5,4

TZS:0,8

FH:

FH:10,9

FH:22,4

FH:13,2

FH:12,1

SZH:

SZH:100,4

SZH:82

SZH:82,1

SZH:72,3

CK:

CK:49,7

CK:7

CK:36,1

CK:27,7

SÓ:

SÓ:0,8

SÓ:0,95

SÓ:0,72

SÓ:1,53

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat.
**TUDJ MEG TÖBBET
A HETI EGY HÜS-
MENTES EBÉDRŐL!**

