

Mi mennyi a piacon?

(október második hetében)

	Bosnyák tér	Sashalom
Burgonya	78-128 Ft	120-198 Ft, 86 Ft/zsákos
Hagyma	120-178 Ft	180-200 Ft
Karfiol	198-248 Ft	198-298 Ft
Zeller	98-280 Ft	168 Ft
Karalábé	100-128 Ft	150 Ft
Sárgarépa	98-168 Ft	298 Ft
Fehérrepa	198-398 Ft	498 Ft
Fejes káposzta	98-168 Ft	158-198 Ft
Kelkáposzta	168-248 Ft	248-298 Ft
Padlizsán	148-248 Ft	198-398 Ft
Uborka	178-198 Ft	298-398 Ft
Paradicsom	98-398 Ft	198-598 Ft
Paprika	128-348 Ft	298-598 Ft
Csemegekukorica	50-68 Ft	78-80 Ft
Gomba	330-440 Ft	498 Ft
Narancs	80-150 Ft	120-180 Ft
Főzőtök	128 Ft	298 Ft
Zöldbab	298-340 Ft	398-498 Ft
Alma	148-498 Ft	198-300 Ft
Körte	258-348 Ft	198-498 Ft
Szilva	540 Ft	348-498 Ft
Szőlő	198-398 Ft	280-498 Ft
Görögdinnye	58 Ft	128 Ft
Sárgadinnye	400 Ft	398 Ft
Őszibarack	498-598 Ft	298-498 Ft
Kopaszbarack	498 Ft	598 Ft
Narancs	298-498 Ft	398-498 Ft
Citrom	398 Ft	398-498 Ft
Grapefruit	398 Ft	378-498 Ft
Banán	198-280 Ft	248-328 Ft
Tyúk	458 Ft	480-560 Ft
Tojás	25-32 Ft	28-32 Ft
Csirkemell	960-998 Ft	980-1000 Ft
Csirkecomb	648-720 Ft	698-898 Ft
Sertéscomb	1049-1198 Ft	1150-1180 Ft
Dagadó	990-1090 Ft	998-1130 Ft
Oldalas	898-1100 Ft	998-1050 Ft
Rostélyos	1099-1280 Ft	1080 Ft
Élő ponty	850 Ft	939 Ft
Pontyszelet	1490 Ft	1499 Ft
Házi tej	200 Ft	170 Ft

Iskolába jár a rendőrkapitány



Pontosítsunk: nem tanulás, hanem oktatás céljából látogatja meg a kerületi iskolákat dr. Balázs Norbert kerületi rendőrkapitány, aki nemcsak a diákokkal, hanem más fórumokon a felnőttekkel, különösképpen a nyugdíjasokkal is szeretne majd találkozni. Ennek hátterében a bűnmegelőzési hatékonyság növelésének a szándéka áll, no meg egy olyan lehetőség, amelyhez az anyagi támogatást a kerületi önkormányzat adta. A Szegedi Bűnmegelőzési Tanács nevű szervezet ugyanis az ország valamennyi rendőrkapitányságának felajánlotta, hogy (elfogadható áron) egy rövid, tájékoztató jellegű oktatófilmet készít a számukra, és az igénylőknek nemcsak a kért filmet, hanem a többi megrendelő által elkészített képes anyagot is eljuttatja. Jelenleg az országban 24 rendőrkapitányság rendelt már oktatófilmet a szegedi szervezettől, így a XVI. kerületi kapitányság vezetője biztos lehetett abban, hogy a saját film elkészítésén kívül még 23 képes anyaggal bővítheti bűnmegelőzési eszköztárát. Így is történt, s mivel a filmek a témakörök szerint különböző korcsoportoknak szólnak, dr. Balázs Norbert a filmvetítéssel egybekötött bűnmegelőzési beszélgetés-ötletével mind a kerületi iskolák, mind pedig a helyi nyugdíjas szervezetek és civil szervezetek vezetőit is megkereste. Az első filmvetítésre október 15-én a Móra Ferenc Általános Iskolában került sor (felvételünkön a rendőrkapitány és Dr. Jeszenszkyne Galla Gabriella igazgató), ahol dr. Balázs Norbert rendőrkapitány a filmek levetítése után személyesen válaszolt a gyerekek kérdéseire. (S)

Kutyakiállítás Sashalmon



Első, de a tervek szerint nem az utolsó kutyakiállítás volt Sashalmon, a Pirosrózsa utcai RAFC pályán szeptember 29-én – tudtuk meg Udvardy Lászlótól, a Magyar Boxer Szövetség (XVI. kerületi lakhelyű) elnökétől. A professzionális módon megszervezett eseményen tíz fajtacsoportban bírálták el a közel 300 ebet. Az esemény eredetileg a Sashalmi Sörnappal esett volna egybe, a Kertvárosi Vigasságok miatt viszont (az ütközés elkerülésére) azt nem tartották meg a szervezők, a kutyakiállítás viszont már hónapokkal előbb meg lett hirdetve. Remélhetőleg hagyománnyá válik a XVI. kerületben a sikeres kutyafelvonulat, amely igen különleges, de nagyon látványos rendezvény is egyben. Felvételünkön az egyik legnagyobb eb, GLOR NA GAEL IARLA gazdájával, Kútvolgyi Lászlóval, közepén Udvardy László, jobbra Ocskó József, a rendezvénynek helyet adó RAFC elnöke.

Aktuális receptünk

Húsos karalábé

Hozzávalók: 4 db nagyobb karalábé, 5 dkg vaj, 10 dkg rizs, 2 dl tejfől, 40 dkg sovány sertéshús darálva, só, bors, olaj, 1 fej hagyma, morzsa.

A centi széles csíkokra vágott karalábét 3 dkg vajban, fedő alatt, kevés vízzel, megszóva puhára pároljuk. A rizst 2 dkg vajon megfuttatjuk, majd megfőzzük, mintha köretet készítenénk. Az apróra vágott hagymát fél deci olajon megfonnyasztjuk, hozzáadjuk a húst, sózzuk, borsozzuk és fedő alatt, kis vízzel puhára pároljuk.

A húshoz keverjük a rizst. Tűzálló tálat kizsirozunk, jól megszórujuk morzsával. Rétegenként beletesszük a rizses húst, majd a karalábét, és így tovább, mindegyik réteget megtejfőzzük, a tetejét megöntözzük vele. Előmelegített sütőben, közepes lángon 15-20 percig sütjük.

Jó étvágyat kívánunk!

ROCK AND ROLL! Sikerült az élőzene nagygyűit Zuglóba csábítani! Sláger, rock and roll, oldies – mindegy, ha az EMERTON díjas MADARAK adja elő. A Stefánia Kulturális Központban (Budapest, Stefánia út 34-36.) csütörtökönként 19 órától MADARAK Házibulizenekar lép fel. Nyitóbuli: 2007 október 18.



Finom Falatok Étkezde

EBÉD

600 Ft/adag

A XVI-XVII. k-ben ingyenes kiszállítás
Igényes, házias ételek
XVI. ker. Köztársaság u. 23.
Tel: 405-4271
14^h után: 06-30-357-3421

VÉGLEGES SZÖRTELENÍTÉS VILLANÓFÉNNYEL!
Az érzékelés (photoszenzitivitás) figyelmeztetés ellenében (májból, veseelégtelenség) napfényre kiemelés (szepi) nélkül!
Fotózási kezelés (arc)
• All szörtelemzés 5.500 Ft
• Bájusz szörtelemzés 3.500 Ft
• Hóralj szörtelemzés 7.500 Ft
06-209-57-57-26

Vége mindennek? Senki nem tud segíteni? Mi igen! Mindenféle hitel kezes és fedezet nélkül 06 30 350-4314

FOGÁSZATI kis és panoráma
RÖNTGEN
Fogászati allergia vizsgálat!
1152 Bp., Szilaspark 5. sz. (Pólus mellett)
BEUTALÓ NÉLKÜL IS!
Rendelési idő: H-P 8-20^h
Tel: 414-0146, 306-5571

Tel: 470-60-60

A LEGOLCSÓBB KÖTELEZŐ és CASCO BIZTOSÍTÁS

1146 Budapest, Thököly út 116.

Szimba Állatorvosi rendelő
Dr. Mezösi László: 06/20/965-3568
XVI. (Mátyásföld) Diósy L. u. 43.
Tel/Fax: 407-2019, Rendelés: H-P
rend. időben: 402-1878, 17-19-ig
SZOLGÁLTATÁSOK:
- Új szolgáltatás: BEMER pulzáló elektromágneses terápia
- Belgyógyászati, sebészeti, szülészeti ellátás műtétek is
- védőoltások (veszélyesség ellen is)
- röntgen, laborvizsgálatok
- csipőzületi diszplázia szűrés
- baleseti elsősegélynyújtás
- ultrahangos fogköeltávolítás
- egzotikus állatok ellátása
- állatútlevél
- mikrochip beültetés
Sürgősségi ellátás rendelési időn kívül, háznál is!

Fáj a háta, válla, vagy a térded? Csökkentenéd allergiás tüneteid? Esetleg vérellátási zavarai vannak?
Segít Önnek a BEMER
Elektromágneses kezelés Bejelentkezés magánrendelésre telefonon:
Dr. Csapó Katalin
06 20/99-62-150
XVI. Centenárium sétány 24.

Országos InS Kézilabda Utánpótlás Kupa



A XVI. kerületi Kézilabda Egyesület szervezésében került megrendezésre szeptember 15-én több helyszínen, 250 résztvevővel a III. InS Kézilabda Vándorkupa – ennek egyik helyszíne a Centenárium Általános Iskola volt, amelynek tornatermében a mérkőzések közötti szünetben az iskolások szivacslabdamérkőzésen mérték össze tudásukat.

FÁBIÁN KFT.
Autójavító, karosszerialakatos
Mindenféle típus javítása
huzatópaddal, szélvédők cseréje
Biztosító felé ügyintézés
1162 Csömöri út 201.
T: 405-2741, 405-5409, 06-30/919-2021

Biztosításkötés
XVI. Cziráki út 26.
EMG irodaház fszt. 31.

AEGON, Allianz Hungária, QBE-Atlasz
Garancia, Generali-Providencia,
Groupama (Európa), Signal
Köbe, Uniqa, TIR, Union

biztosítók képviselője

- Kötelező • Casco •
 - Ház- és lakásbiztosítás
 - Cégek vagyonbiztosítása
 - Élet- és nyugdíjbiztosítás
 - Utasbiztosítások
 - Felelősségbiztosítások
 - Nyugdíjpénztár
- Szeretettel várjuk régi és új ügyfeleinket!**

Tel: 401-0256, 403-8656
30/971-3870, 20/935-2374

SALIX
KERTÉSZETI ÁRUDA
1164 Bp. Magtár u. 40.
T/F: 400-3059, 06-30-9448-394
* Gyümölcsfaoltványok, dísznövények
* Cserjék, rózsák, lombosfák
* Sziklakerti örökzöldek, évelők
* Talajjavító anyagok, virágföldek sziklák, vizinövények, tavihalak
* Kert-, sziklakert és kertítő építés
Tuják, fenyők, örökzöldek Locsolórendszerek
tervezése, felépítése
Kül- és beltéri kerámiák
Ny: H-P 8-18, Szó: 8-17, V: 8-13

Fogorvosi rendelő Cinkotán

Teljeskörű fájdalommentes fogászati szakellátás:
FOGSZABÁLYOZÁS • tömések • kerámia betétek • kerámia héjak
igényes fogpótlások szájszűrés • ultrahangos fogköeltávolítás
dentalhigiéniai szaktanácsadás • fogfehérítés • gyermekfogászat
díjmentes állapotfelmérés • fogászati szűrővizsgálat

Előzetes időpontegyeztetéssel a várakozási idő minimális.
Tel: 400-11-67, 06-30-914-52-28
Bp., XVI., Múvezető u. 7.
Rendelési idő: H-P: 8.00-20.00
Kellemes, nyugodt környezetben, garanciális szakellátással várja Önt és gyermekét:
dr. Bártfai Eszter és dr. Pável Júlia • www.bobdent.hu