

	Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona 1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.	
---	---	---

ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

37. hét

2022. szeptember 12-től 2022. szeptember 18-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 12	Citromos tea Disznósajt 2 szelet, margarin Paradicsom, félbarna kenyér	Tej	Mórahalmi gazdagleves Varga béles málnaszörppel	Szőlő	Citromos tea Pritaminos felvágott 3 szelet, margarin Lilahagyma, félbarna kenyér
Kedd 13	Citromos tea Paprikás szalámi 4 szelet Margarin Kígyóuborka, félbarna kenyér	Tej	Daragaluska leves Bélszín roló Kelkáposzta főzelék	Szilva	Citromos tea Csirkemell sonka 3 szelet Tömlős sajtkrém Zöldpaprika ½, félbarna kenyér
Szerda 14	Citromos tea Főtt krinolin, mustár Rozskenyér, félbarna kenyér	Tej	Erdei gyümölcsleves Carbonara spagetti	Kókuszcocka	Citromos tea Házi sült májpástétom Paradicsom, félbarna kenyér
Csütörtök 15	Citromos tea Körözött, zöldpaprika ½ Korpás zsemle, félbarna kenyér	Tej	Gombakrémleves-levesgyöngy Borsos tokány Galuska, házi vitaminsaláta	Körte	Citromos tea Olasz felvágott 3 szelet, kefir 1db Margarin, félbarna kenyér
Péntek 16	Citromos tea, tejeskávé Diós croissant Félbarna kenyér	Natúr joghurt	Orja leves Disznótoros Hagymás tört burgonya Csalamádé	Dörmi	Citromos tea Padlizsánkrém Paradicsom Félbarna kenyér
Szombat 17	Citromos tea Hamé pástétom 1db Kígyóuborka Kifli, félbarna kenyér	Tej	Hamis gulyásleves Pulykasült Paradicsomos káposzta	Szőlő	Citromos tea Sertés rakott nyelv 3 szelet Margarin Póréhagyma, félbarna kenyér
Vasárnap 18	Citromos tea Eidami sajt 3 szelet, margarin Kaliforniai paprika ½ Félbarna kenyér	Tej	Karfiol krémleves-levesgyöngy Sült csirkecomb Kukoricás rizs Cékla	Csokiparány	Citromos tea Bécsi felvágott 3 szelet Margarin Paradicsom, félbarna kenyér

Készítette: Árkó Tamás Konyhafőnök
Kiss Mariann Dietetikus
Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

A dokumentum kódja: MU-É-05/A06
Verziószám: 04



Jóváhagyta: Tunyi Tünde Vezető ápoló

[Handwritten signature]

oldalszám: 1/1

Hatálybalépés időpontja: 2022.06.13.

2022. 09. 15.



Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona
1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



37. hét		ETLAP - DIETAS ÉTREND		2022. szeptember 12.-2022. szeptember 18.
Nap		Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend	Pépes (spec pépes)
Hétfő 12	Reggeli	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, disznósajt, margarin, zsemle	Tea, kefir, zalakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Mórahalmi leves, vargabéles málna szörppel	Mórahalmi leves, túrófelfújt diab., őszibarack befőtt diab.	Mórahalmi leves, túrófelfújt
	Uzsonna	Őszibarack befőtt		Őszibarack befőtt
	Vacsora	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, pritamin felvágott, margarin, lilahagyma, zsemle	Tea, zöldségpüré, darált párizsi felvágott, félbarna kenyér
Kedd 13	Reggeli	Tea, tejbedara fahéj szórással, félbarna kenyér	Tea, paprikás szalámi, margarin, kigyóuborka, zsemle	Tea, tejbedara fahéj szórással, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Daragaluska leves, főtt tojás, parajfőzelék diétás	Daragaluska leves, főtt tojás, parajfőzelék, alma befőtt diab.	Daragaluska leves, főtt tojás, parajfőzelék diétás
	Uzsonna	Alma befőtt		Almabefőtt
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna k.	Tea, csirkemell sonka ,margarin, zöldpaprika ½, zsemle	Tea, karfiolpüré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér
Szerda 14	Reggeli	Tea, főtt krinolin, mustár, rozskenyér, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, zsemle	Tea, tejföl 2dl, krinolinkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Almaleves, csirke aprópecsenye, zöldséges ágy besamellel	Almaleves diab., csirke aprópecsenye, zöldséges ágy besamellel, túró rudi diab.	Almaleves, csirke aprópecsenye, zöldséges ágy besamellel
	Uzsonna	Túró rudi		Túró rudi
	Vacsora	Tea,májkrém, félbarna kenyér	Tea, házi sült májpástétom, paradicsom, zsemle	Tea, zellerpüré, májkrém, félbarna kenyér
Csütörtök 15	Reggeli	Tea, körözött, korpás zsemle, félbarna kenyér	Tea, körözött, zöldpaprika ½, zsemle	Tea, körözött, darált lóncs felvágott, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Sárgarépa krémleves, tárkonyos pulykaragu, galuska	Gombakrémleves, borsos tokány, hajdina ½, házi vitaminsaláta diab., körte	Sárgarépa krémleves, tárkonyos pulykaragu, főtt burgonya
	Uzsonna	Körte befőtt		Körtebefőtt
	Vacsora	Tea, olasz felvágott, kefir, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	Tea, kefir, darált olasz felvágott, félbarna kenyér
Péntek 16	Reggeli	Tea, tejeskávé, gofri 2db, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, zsemle	Tea, tejeskávé, gofri 2db, félbarna kenyér
	Tízórai	Natúr joghurt		Natúr joghurt
	Ebéd	Orjaleves, grill csirkemell diétás, tört burgonya, cékla	Orjaleves, disznótoros, hagymás tört burgonya ½, cékla, diabetikus ostya	Orjaleves, grill csirkemell diétás, tört burgonya, cékla
	Uzsonna	Dörmi		Dörmi
	Vacsora	Tea, soproni felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, padlizsánkrém, paradicsom, zsemle	Tea, sárgarépa püré, darált soproni felvágott, félbarna k.
Szombat 17	Reggeli	Tea, hamé pástétom, kifli, félbarna kenyér	Tea, hamé pástétom, kigyóuborka, zsemle	Tea, kefir, hamé pástétom, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Hamis gulyásleves, pulykasült diétás, finom főzelék püré	Hamis gulyásleves, pulykasült, paradicsomos káposzta diab., túró rudi diab.	Hamis gulyásleves, pulykasült diétás, finom főzelék püré
	Uzsonna	Tejszelet		Tejszelet
	Vacsora	Tea,sertés rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, póréhagyma, zsemle	Tea, brokkolis püré, darált sertés rakott nyelv, félbarna k.
Vasárnap 18	Reggeli	Tea, Eidami sajt, margarin, félbarna kenyér	Tea, Eidami sajt, margarin, kaliforniai paprika ½, zsemle	Tea, almás zellerpüré, reszelt sajt, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Karfiol krémleves, sült csirkecomb, párolt rizs, cékla	Karfiol krémleves, sült csirkecomb,kukoricás rizs ½, cékla, diabetikus étcsokoládé	Karfiol krémleves, sült csirkemell, párolt rizs, cékla
	Uzsonna	Csokiparány		Meggybefőtt
	Vacsora	Tea, bécsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, paradicsom, zsemle	Tea, tejföl 2dl, darált bécsi felvágott, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

A dokumentum kódja: MU-E-05/A06

Verziószám: 04

Jóváhagyta: Tunyi Tünde Vezető ápoló

[Handwritten signature]

Oldalszám: 1/1

Hatálybalépés időpontja: 2022.06.13.

2022.08.18.

		Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona 1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.			
37. hét		ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND II.		2022.09.12.-2022.09.18.	
Nap		Sertéshús mentes	Laktózmentes	Cukros, tejmentes	
Hétfő 12	Reggeli	Tea, tömlős sajt, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, paradicsom, zsemle	
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Mórahalmi leves, varga béles málnaszörppel	Mórahalmi leves TM, darafelfűjt TM	Mórahalmi leves TM, darafelfűjt TM diab., őszibarack befőtt diab.	
	Uzsonna	Szőlő	Szőlő		
	Vacsora	Tea, tonhalkrém, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, pritaminos felvágott, margarin, lilahagyma, félbarna k.	Tea, pritaminos felvágott, margarin, lilahagyma, zsemle	
Kedd 13	Reggeli	Tea, tejbedara fahéj szórással, félbarna k.	Tea, paprikás szalámi, margarin, kigyóborka, félbarna k.	Tea, paprikás szalámi, margarin, kigyóborka, zsemle	
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Daragaluska leves, főtt tojás, parajfőzelék	Daragaluska leves, főtt tojás, parajfőzelék TM	Daragaluska leves, főtt tojás, parajfőzelék TM, almabefőtt diab.	
	Uzsonna	Szilva	Szilva		
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, zöldpaprika ½, félbarna	Tea, csirkemell sonka, margarin, zöldpaprika ½, félbarna k.	Tea, csirkemell sonka, margarin, zöldpaprika ½, zsemle	
Szerda 14	Reggeli	Tea, trapista sajt 3 sz., margarin, rozskenyér, félbarna k.	Tea, főtt krinolin, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, zsemle	
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Erdei gyümölcsleves, csirke aprópecsenye, zöldséges ágy besemellel	Almaleves TM, csirke aprópecsenye, párolt zöldség ½, párolt rizs ½	Almaleves TM diab., csirke aprópecsenye, párolt zöldség ½, párolt rizs ½, üdítő	
	Uzsonna	Kókuszkocka	Üdítő		
	Vacsora	Tea, házi sült májpástétom, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, házi sült májpástétom, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, házi sült májpástétom, paradicsom, zsemle	
Csütörtök 15	Reggeli	Tea, körözött, zöldpaprika ½, korpás zsemle, félbarna k.	Tea, löncs felvágott, margarin, zöldpaprika ½, félbarna k.	Tea, löncs felvágott, margarin, zöldpaprika ½, zsemle	
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Gombakrémleves, tárkonyos pulykaragu, galuska, házi vitaminaláta	Sárgarépa krémleves TM, tárkonyos pulykaragu TM, galuska, házi vitaminaláta	Sárgarépa krémleves TM, tárkonyos pulykaragu TM, hajdina ½, házi vitaminaláta diab., körte	
	Uzsonna	Körte	Körte		
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, kefir, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna k.	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	
Péntek 16	Reggeli	Tea, tejeskávé, diós croissant, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, zsemle	
	Tízórai	Natúr joghurt	Növényi tej		
	Ebéd	Zöldségleves, grill csirkemell, hagymás tört burgonya, csalamádé	Orjaleves, grill csirkemell, hagymás tört burgonya, csalamádé	Orjaleves, grill csirkemell, hagymás tört burgonya ½, cékla, őszibarack befőtt diab.	
	Uzsonna	Dörmi	Őszibarack befőtt		
	Vacsora	Tea, padlizsánkrém, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, padlizsánkrém, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, padlizsánkrém, paradicsom, zsemle	
Szombat 17	Reggeli	Tea, kockasajt 2db, kigyóborka, kifli, félbarna kenyér	Tea, hamé pástétom, kigyóborka, félbarna kenyér	Tea, hamé pástétom, kigyóborka, zsemle	
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Hamis gulyásleves, pulykasült, paradicsomos káposzta	Hamis gulyásleves, pulykasült, paradicsomos káposzta	Hamis gulyásleves, pulykasült, paradicsomos káposzta diab., üdítő	
	Uzsonna	Szőlő	Szőlő		
	Vacsora	Tea, szardíniakrém, póréhagyma, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, póréhagyma, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, póréhagyma, zsemle	
Vasárnap 18	Reggeli	Tea, Eidami sajt, margarin, kaliforniai paprika ½, félbarna	Tea, májkrém, kaliforniai paprika ½, félbarna kenyér	Tea, májkrém, kaliforniai paprika ½, zsemle	
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Karfiol krémleves, sült csirkecomb, kukoricás rizs, cékla	Karfiol krémleves TM, sült csirkecomb, kukoricás rizs, cékla	Karfiol krémleves TM, sült csirkecomb, kukoricás rizs ½, cékla, meggybefőtt diab.	
	Uzsonna	Csokiparány	Meggybefőtt		
	Vacsora	Tea, sonkás tömlős sajt, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, paradicsom, zsemle	

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

A dokumentum kódja: MU-E-05/A06

Verziószám: 04

Jóváhagyta: Tunyi Tünde ápoló

[Handwritten signature]
2022.09.12.

oldalszám: 1/1

Hatálybalépes időpontja: 2022.06.13.