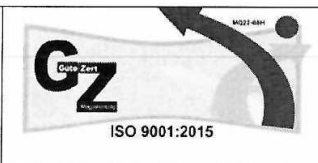




Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona
1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

41. hét

2022. október 10-től 2022. október 16-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 10	Gyümölcs tea Kenőmájas, paradicsom Kifli, félbarna kenyér	Tej	Paradicsomleves Dubarry tepsis csirkemell Párolt rizs	Szőlő	Citromos tea Eidami sajt 3 szelet, margarin Jégretek, félbarna kenyér
Kedd 11	Citromos tea Párizsi felvágott 3 szelet, margarin Kígyóborka, félbarna kenyér	Tej	Daragaluska leves Sült debreceni Babfőzelék	Tejszelet	Citromos tea Disznósajt 2 szelet, margarin Újhagyma, félbarna kenyér
Szerda 12	Citromos tea Paprikás szalámi 4 szelet, margarin Jégretek, félbarna kenyér	Tej	Kolbászos burgonyaleves Firenzei spagetti	Szilva	Citromos tea Pannónia sajt 3 szelet, margarin Kápia paprika ½, félbarna kenyér
Csütörtök 13	Citromos tea, kakaó Miniméz 1 db, margarin Félbarna kenyér	Briós	Karalábé krémleves-levesgyöngy Fokhagymás sertéssült Szalonnás ceruzabab ½ Petrezselymes burgonya ½	Körte	Gyümölcs tea Löncs felvágott 3 szelet, margarin Paradicsom Félbarna kenyér
Péntek 14	Citromos tea Főtt krinolin, mustár Félbarna kenyér	Tej	Bojtárleves Tejfölös-mustáros sertésragu Bulgur	Túró rudi	Citromos tea Házi májpástétom Pritaminpaprika ½ Korpás zsemle, félbarna kenyér
Szombat 15	Citromos tea Gépsonka 2 szelet, margarin Főtt tojás 1 db, hónapos retek Félbarna kenyér	Tej	Sertés gulyásleves Darás metélt barackízzel	Szilva	Citromos tea Sertés rakott nyelv 3 szelet Margarin, újhagyma Félbarna kenyér
Vasárnap 16	Citromos tea Turista felvágott 3 szelet, margarin Kígyóborka, félbarna kenyér	Tej	Zöldségleves cérnametételtel Virslipörkölt Kelkáposztafőzelék	Nápolyi	Citromos tea, vaníliás tej Csokoládés croissant Félbarna kenyér

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

Jóváhagyta: Tunyi Tünde Vezető ápoló



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



41. hét

ETLAP - DIETAS ÉTREND

2022. október 10.-2022. október 16.

Nap		Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend	Pépes (spec pépes)
Hétfő	Reggeli	Tea, májkrém, kifli, félbarna kenyér	Tea, kenőmájás, paradicsom, zsemle	Tea, kenőmájás, tejföl 2dl, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Sárgarépa krémleves, rakott cukkini	Sárgarépa krémleves, dubarry csirkemell, párolt rizs 1/2, almabefőtt diab	Sárgarépa krémleves, rakott cukkini
	Uzsonna	Almabefőtt		Almabefőtt
Kedd	Vacsora	Tea, eidami sajt, margarin, félbarna kenyér	Tea, eidami sajt, margarin, jégretek, zsemle	Tea, karfiol püré, reszelt sajt, darált csirkemell sonka, félbarna
	Reggeli	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, kigyóborka, zsemle	Tea, kefir, párizsikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Daragaluska leves, halrudacska, tökfőzelék diétás	Daragaluska leves, sült debreceni, tökfőzelék diétás, diabetikus ostya	Daragaluska leves, halrudacska, tökfőzelék diétás
11	Uzsonna	Tejszelet		Tejszelet
	Vacsora	Tea, körtés árpakása, félbarna kenyér	Tea, disznósajt, margarin, újhagyma, zsemle	Tea, körtés árpakása, félbarna kenyér
Szerda	Reggeli	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, paprikás szalámi, margarin, jégretek, zsemle	Tea, natúr joghurt, olaszkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Kertészleves, parajos-csirkés penne diétás	Kertészleves, parajos-csirkés penne diétás, őszibarack befőtt diab	Kertészleves, parajos-csirkés ragu, főtt burgonya
	Uzsonna	Őszibarack befőtt		Őszibarack befőtt
12	Vacsora	Tea, pannónia sajt, margarin, félbarna kenyér	Tea, pannónia sajt, margarin, kápi paprika 1/2, zsemle	Tea, zellerpüré, reszelt sajt, darált pulykasonka, félbarna k.
	Reggeli	Tea, kakaó, miniméz, margarin, félbarna kenyér	Tea, pritaminos felvágott, margarin, zsemle	Tea, kakaó, miniméz, margarin, félbarna kenyér
	Tízórai	Briós		Briós
	Ebéd	Spárgakrémleves, grill csirkemell diétás, petrezselymes burgonya, cékla	Karalábékrémleves, fokhagymás sertéssült, szalonnás ceruzabab 1/2, petrezselymes burgonya 1/2, körte	Spárgakrémleves, grill csirkemell diétás, finomfőzelék
Csütörtök	Uzsonna	Körtebefőtt		Körtebefőtt
	Vacsora	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, paradicsom, zsemle	Tea, tejföl 2dl, darált zala felvágott, félbarna kenyér
13	Reggeli	Tea, főtt krinolin, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, zsemle	Tea, almás céklapüré, krinolinkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Bojtárleves, zöldséges csirkeragu, bulgur	Bojtárleves, tejfölös-mustáros sertésragu, bulgur 1/2, túró rudi diab	Bojtárleves, zöldséges csirkeragu, burgonyapüré
	Uzsonna	Túró rudi		Túró rudi
Péntek	Vacsora	Tea, hamé pástétom, korpás zsemle, félbarna kenyér	Tea, házi májpástétom, pritaminpaprika 1/2, zsemle	Tea, meggyturnix, hamé pástétom, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, gépsonka, főtt tojás, margarin, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, főtt tojás, margarin, hónapos retek, zsemle	Tea, kefir, sonkakrém, reszelt főtt tojás, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Sertés gulyásleves diétás, darás metél barackízzel	Sertés gulyásleves, gyümölcsrizs diab, diabetikus étcsokoládé	Sertés gulyásleves, gyümölcsrizs
14	Uzsonna	Banán		Banán
	Vacsora	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, újhagyma, zsemle	Tea, sárgarépa püré, darált rakott nyelv, félbarna kenyér
Szombat	Reggeli	Tea, szendvics sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, turista felvágott, margarin, kigyóborka, zsemle	Tea, natúr joghurt, szendvicskrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Zöldségleves, virsli pörkölt diétás, brokkoli főzelék	Zöldségleves, virsli pörkölt, kelkáposztafőzelék, diabetikus ostya	Zöldségleves, virsli pörkölt diétás, brokkoli főzelék
	Uzsonna	Nápolyi		Dörmi
15	Vacsora	Tea, vaníliás tej, csokoládés croissant, félbarna kenyér	Tea, májusi felvágott, margarin, zsemle	Tea, vaníliás tej, csokoládés croissant, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, szendvics sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, turista felvágott, margarin, kigyóborka, zsemle	Tea, natúr joghurt, szendvicskrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Zöldségleves, virsli pörkölt diétás, brokkoli főzelék	Zöldségleves, virsli pörkölt, kelkáposztafőzelék, diabetikus ostya	Zöldségleves, virsli pörkölt diétás, brokkoli főzelék
16	Uzsonna	Nápolyi		Dörmi
	Vacsora	Tea, vaníliás tej, csokoládés croissant, félbarna kenyér	Tea, májusi felvágott, margarin, zsemle	Tea, vaníliás tej, csokoládés croissant, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus

Arky Tamás Konyhafőnök

Jóváhagyta: Tunyi Tünde Vezető ápoló

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

A dokumentum kódja: MU-E-05/A06

Verziószám: 04

oldalszám: 1/1

Hatálybalépés időpontja: 2022.06.13.



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



41. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND II.

2022. október 10.-2022. október 16.

Nap		Sertéshús mentes	Laktózmentes	Cukros, tejmentes
Hétfő 10	Reggeli	Tea, csirkemell sonka, margarin, paradicsom, kifli, félbarna k.	Tea, kenőmájas, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, kenőmájas, paradicsom, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Paradicsomleves, dubarry csirkemell, párolt rizs	Paradicsomleves, rakott cukkini TM	Sárgarépa krémleves TM, rakott cukkini TM, almabefőtt diab
	Uzsonna	Szőlő	Szőlő	
	Vacsora	Tea, eidami sajt, margarin, jégretek, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, jégretek, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, jégretek, zsemle
Kedd 11	Reggeli	Tea, tömlős sajtkrém, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, kigyóuborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Daragaluska leves, halrudacska, tökfőzelék	Daragaluska leves, sült debreceni, tökfőzelék TM	Daragaluska leves, sült debreceni, tökfőzelék TM, almabefőtt
	Uzsonna	Tejszelet	Almabefőtt	
	Vacsora	Tea, körtés árpakása, félbarna kenyér	Tea, disznósajt, margarin, újhagyma, félbarna kenyér	Tea, disznósajt, margarin, újhagyma, zsemle
Szerda 12	Reggeli	Tea, pulykasonka, margarin, jégretek, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, jégretek, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, jégretek, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Kertészleves, parajos-csirkés penne	Kertészleves, parajos-csirkés penne TM	Kertészleves, parajos-csirkés penne TM, ósziparack befőtt diab
	Uzsonna	Szilva	Szilva	
	Vacsora	Tea, pannónia sajt, margarin, kápia paprika 1/2, félbarna k.	Tea, pulykasonka, margarin, kápia paprika 1/2, félbarna k.	Tea, pulykasonka, margarin, kápia paprika 1/2, zsemle
Csütörtök 13	Reggeli	Tea, kakaó, miniméz, margarin, félbarna kenyér	Tea, pritaminos felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, pritaminos felvágott, margarin, zsemle
	Tízórai	Briós	Növényi tej	
	Ebéd	Karalábékrémleves, grill csirkemell, petrezselymes burgonya, cékla	Spárgakrémleves TM, fokhagymás sertéssült, szalonnás ceruzabab 1/2, petrezselymes burgonya 1/2	Spárgakrémleves TM, fokhagymás sertéssült, szalonnás ceruzabab 1/2, petrezselymes burgonya 1/2, körte
	Uzsonna	Körte	Körte	
	Vacsora	Tea, tonhalkrém, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, paradicsom, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, paradicsom, zsemle
Péntek 14	Reggeli	Tea, sonkás tömlős sajt, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Zöldbableves, zöldséges csirkeragu, bulgur	Bojtárleves, zöldséges csirkeragu TM, bulgur	Bojtárleves, zöldséges csirkeragu TM, bulgur 1/2, meggy befőtt diab
	Uzsonna	Túró rudi	Meggy befőtt	
	Vacsora	Tea, házi májpástétom, pritaminpaprika 1/2, korpás zsemle	Tea, házi májpástétom, pritaminpaprika 1/2, félbarna kenyér	Tea, házi májpástétom, pritaminpaprika 1/2, zsemle
Szombat 15	Reggeli	Tea, főtt tojás 2 db, margarin, hónapos retek, félbarna k.	Tea, gépsonka, főtt tojás, margarin, hónapos retek, félbarna k.	Tea, gépsonka, főtt tojás, margarin, hónapos retek, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Csirkegulyás, darás metélt barackízzel	Sertés gulyásleves, darás metélt barackízzel	Sertés gulyásleves, gyümölcsrizs diab TM, diabetikus étcsokoládé
	Uzsonna	Szilva	Szilva	
	Vacsora	Tea, szardíniakrém, újhagyma, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, újhagyma, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, újhagyma, zsemle
Vasárnap 16	Reggeli	Tea, kockasajt 2 db, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, szendvics sonka, margarin, kigyóuborka, félbarna k.	Tea, szendvics sonka, margarin, kigyóuborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Zöldségleves, tükörtojás, brokkoli főzelék	Zöldségleves, virsli pörkölt, kelkáposztafőzelék	Zöldségleves, virsli pörkölt, kelkáposztafőzelék, üdítő
	Uzsonna	Nápolyi	Üdítő	
	Vacsora	Tea, vaníliás tej, csokoládés croissant, félbarna kenyér	Tea, májusi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, májusi felvágott, margarin, zsemle

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus

Arky Tamás Konyhafőnök

Jóváhagyta: Tunyi Tünde Vezető ápoló

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

A dokumentum kódja: MU-E-05/A06

Verziószám: 04

oldalszám: 1/1

Hatálybalépés időpontja: 2022.06.13.