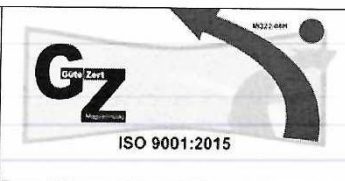




Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona
1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

17. hét

2023. április 24-től 2023. április 30-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 24	Citromos tea Marha párizsi 3 szelet, margarin Kigyóborka, tökmagvas zsemle Félbarna kenyér	Tej	Babgulyás (sertés) Túrós csusza szalonna pörccel, tejföllel	Körte	Citromos tea Löncs felvágott 3 szelet, margarin Pritamin paprika ½ Félbarna kenyér
Kedd 25	Citromos tea Szalonnás tojásrántotta Paradicsom ½, félbarna kenyér	Tej	Erdei gyümölcsleves Rántott sertéskaraj zelleres burgonya- püré, pepperóni paprika	Eper	Citromos tea Bécsi felvágott 3 szelet, margarin Félbarna kenyér
Szerda 26	Citromos tea Házi sonkakrém T.K. magvas kenyér, félbarna kenyér	Tej	Fokhagymakrémleves levesgyönggyel Rizses hús Csalamádé	Réteges joghurt	Citromos tea Csécsi szalonna, lilahagyma Félbarna kenyér
Csütörtök 27	Citromos tea Főtt krinolin, torma Félbarna kenyér	Tejeskávé	Frankfurti leves virslikarikával Házi almás pite	Meggy	Citromos tea Trappista sajt 3 szelet, margarin Jégretek, félbarna kenyér
Péntek 28	Citromos tea Májkrém 1 db Újhagyma Félbarna kenyér	Tej	Csontleves eperlevél tésztával Lecsós sertéssült Fűszeres burgonyagerezd	Cseresznye	Citromos tea Pritaminos felvágott 2 szelet Kockasajt 1 db Sajtos baguette
Szombat 29	Citromos tea, tej Sertés rakott nyelv 3 szelet Margarin, félbarna kenyér	Kefir	Mórahalmi gazdagleves Tökfőzelék pulykapörkölt feltéttel	Citromos nápolyi	Citromos tea Csirkemell sonka 3 szelet, margarin Paradicsom ½, félbarna kenyér
Vasárnap 30	Citromos tea, tej Olasz felvágott 3 szelet, margarin Félbarna kenyér	Natúr joghurt	Alföldi sertésraguleves Grízes tészta barackkizzel	Sport szelet	Citromos tea Hame pástétom 1 db, kigyóborka Korpás zsemle

Készítette: Árkó Tamás Konyhafőnök
Kiss Mariann Dietetikus

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Jóváhagyta: Tunyi Tünde Kezelő ápoló





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



17. hét ETLAP - DIETÁS ÉTREND 2023. április 24.-2023. április 30.

Nap		Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend	Pépes (spec pépes)
Hétfő 24	Reggeli	Tea, marha párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, kígyóuborka, zsemle	Tea, tejföl 2dl, marha párizsikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Csirkegulyás diétás, túrós csusza	Csirkegulyás, túrós csusza szalonnával, körte	Csirkegulyás diétás, gyümölcsrizs
	Uzsonna	Körtebefőtt		Körtebefőtt
Kedd 25	Vacsora	Tea, soproni felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, pritaminpaprika 1/2, zsemle	Tea, sárgarépa püré, darált soproni felvágott, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, főtt tojás 2 db, margarin, félbarna kenyér	Tea, szalonnás tojásrántotta, paradicsom 1/2, zsemle	Tea, karfiol püré, reszelt főtt tojás 2 db, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Almaleves, sült csirkecomb filé, zelleres burgonyapüré	Almaleves diab, sült csirkecomb filé, zelleres burgonyapüré 1/2, pepperóni paprika, eper	Almaleves, sült csirkecomb filé, zelleres burgonyapüré
Szerda 26	Uzsonna	Udító		Eper
	Vacsora	Tea, bécsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, zsemle	Tea, kefir, darált bécsi felvágott, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, gépsonka 3 szelet, margarin, félbarna kenyér	Tea, sonkakrém, zsemle	Tea, zellerpüré, sonkakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
Csütörtök 27	Ebéd	Brokkoli krémleves, rizses csirke, cékla	Fokhagymakrémleves, hajdinas hús, cékla, étcsokoládé	Brokkoli krémleves, rizses csirke, cékla
	Uzsonna	Réteges joghurt		Réteges joghurt
	Vacsora	Tea, őszibarackos árpakása	Tea, csécsi szalonna, lilahagyma, zsemle	Tea, őszibarackos árpakása
	Reggeli	Tea, főtt krinolin, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, torma, zsemle	Tea, natúr joghurt, krinolinkrém, félbarna kenyér
Péntek 28	Tízórai	Tejeskávé		Tejeskávé
	Ebéd	Virslis kertészleves, házi almás pite	Virslis kertészleves, házi almás pite diab, meggy	Virslis kertészleves, almafelfújt
	Uzsonna	Körtebefőtt		Körtebefőtt
	Vacsora	Tea, trappista sajt, margarin, félbarna kenyér	Tea, trappista sajt, margarin, jégretek, zsemle	Tea, zöldség püré, reszelt sajt, félbarna kenyér
Szombat 29	Reggeli	Tea, májkrém, félbarna kenyér	Tea, májkrém, újhagyma, zsemle	Tea, tejföl 2dl, májkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Csontleves, majorannás pulykaragu, tört burgonya	Csontleves, lecsós sertéssült, fűszeres burgonyagerezd 1/2, cseresznye	Csontleves, majorannás pulykaragu, tört burgonya
	Uzsonna	Tejszelet		Tejszelet
Vasárnap 30	Vacsora	Tea, pritaminos felvágott 3 szelet, margarin, sajtos baquette	Tea, pritaminos felvágott 3 szelet, margarin, zsemle	Tea, brokkoli püré, darált pritaminos felv., kockasajt, félbarna k.
	Reggeli	Tea, tej, sertés rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, zsemle	Tea, kefir, rakott nyelv krém, félbarna kenyér
	Tízórai	Kefir		Tej
	Ebéd	Mórahalmi gazdagleves, pulykapörkölt diétás, tökfőzelék diétás	Mórahalmi gazdagleves, pulykapörkölt, tökfőzelék diétás, diabetikus ostya	Mórahalmi gazdagleves, pulykapörkölt diétás, tökfőzelék diétás
Vasárnap 30	Uzsonna	Citromos nápolyi		Almabefőtt
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, paradicsom 1/2, zsemle	Tea, karalábé püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, tej, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	Tea, natúr joghurt, olaszkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Natúr joghurt		Tej
Vasárnap 30	Ebéd	Csirkeragu leves diétás, darafelfújt	Csirkeragu leves diétás, darafelfújt diab, üdítő	Csirkeragu leves diétás, darafelfújt
	Uzsonna	Udító		Udító
	Vacsora	Tea, hamé pástétom, korpás zsemle	Tea, hamé pástétom, kígyóuborka, zsemle	Tea, almás zellerpüré, hamé pástétom, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Árky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elmez@kamerdo.hu

Jóváhagyta: Tunyi Tünde Vezető

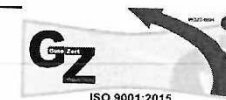


oldalszám: 1/1
Dátum: 2023.03.28.



Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona

1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



17. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND II.

2023. április 24.-2023. április 30.

Nap		Sertéshús mentes	Laktózmentes	Cukros, tejmentes
Hétfő 24	Reggeli	Tea, tömlős sajt, kigyóuborka, tökmagvas zsemle, félbarna k.	Tea, marha párizsi, margarin, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, kigyóuborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Csirkegulyás, túrós csusza	Babgulyás, gyümölcsrizs TM	Csirkegulyás, gyümölcsrizs TM diab, körte
	Uzsonna	Körte	Körte	
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, pritaminpaprika 1/2, félbarna k.	Tea, löncs felvágott, margarin, pritaminpaprika 1/2, félbarna k.	Tea, löncs felvágott, margarin, pritaminpaprika 1/2, zsemle
Kedd 25	Reggeli	Tea, tojásrántotta, paradicsom 1/2, félbarna kenyér	Tea, szalonnás tojásrántotta, paradicsom 1/2, félbarna kenyér	Tea, szalonnás tojásrántotta, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Erdei gyümölcsleves, sült csirkecomb filé, zelleres burgonyapüré, pepperóni paprika	Almaleves TM, sült csirkecomb filé, tört burgonya, pepperóni paprika	Almaleves TM diab, sült csirkecomb filé, tört burgonya 1/2, pepperóni paprika, eper
	Uzsonna	Eper	Eper	
	Vacsora	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, zsemle
Szerda 26	Reggeli	Tea, pulykasonka, margarin, tk magvas kenyér	Tea, házi sonkakrém, félbarna kenyér	Tea, házi sonkakrém, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Fokhagymakrémleves, rizses csirke, csalamádé	Brokkoli krémleves TM, rizseshús, csalamádé	Brokkoli krémleves TM, hajdináshús, cékla, őszibarack befőtt diab
	Uzsonna	Réteges joghurt	Őszibarack befőtt	
	Vacsora	Tea, őszibarackos árpakása	Tea, csécsi szalonna, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, csécsi szalonna, lilahagyma, zsemle
Csütörtök 27	Reggeli	Tea, zöldfűszeres tömlős sajt, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, torma, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, torma, zsemle
	Tízórai	Tejeskávé	Növényi tej	
	Ebéd	Burgonyaleves, házi almás pite	Virslis kertészleves, házi almás pite TM	Virslis kertészleves, házi almás pite TM diab, meggy
	Uzsonna	Meggy	Meggy	
	Vacsora	Tea, trappista sajt, margarin, jégretek, félbarna kenyér	Tea, turista felvágott, margarin, jégretek, félbarna kenyér	Tea, turista felvágott, margarin, jégretek, zsemle
Péntek 28	Reggeli	Tea, szardiniakrém, újhagyma, félbarna kenyér	Tea, májkrém, újhagyma, félbarna kenyér	Tea, májkrém, újhagyma, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	
	Ebéd	Zöldségleves, majorannás pulykaragu, tört burgonya	Csontleves, lecsós sertéssült, fűszeres burgonyagerezd	Csontleves, lecsós sertéssült, fűszeres burgonyagerezd 1/2, cseresznye
	Uzsonna	Cseresznye	Cseresznye	
	Vacsora	Tea, kockasajt 2 db, sajtos baguette	Tea, pritaminos felvágott 3 szelet, margarin, félbarna kenyér	Tea, pritaminos felvágott 3 szelet, margarin, zsemle
Szombat 29	Reggeli	Tea, tej, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, zsemle
	Tízórai	Kefír	Növényi tej	
	Ebéd	Mórahalmi gazdagleves, pulykapörkölt, tökfőzelék	Mórahalmi gazdagleves TM, pulykapörkölt, tökfőzelék TM	Mórahalmi gazdagleves TM, pulykapörkölt, tökfőzelék TM, almabefőtt diab
	Uzsonna	Citromos nápolyi	Almabefőtt	
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, paradicsom 1/2, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, paradicsom 1/2, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, paradicsom 1/2, zsemle
Vasárnap 30	Reggeli	Tea, tömlős sajt, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle
	Tízórai	Natúr joghurt	Növényi tej	
	Ebéd	Csirkeragu leves, grízes tészta barackízzel	Csirkeragu leves, grízes tészta barackízzel	Csirkeragu leves, darafelfűjt TM diab, üdítő
	Uzsonna	Sport szelet	Üdítő	
	Vacsora	Tea, főtt tojás 2 db, margarin, kigyóuborka, korpás zsemle	Tea, hame pástétom, kigyóuborka, korpás zsemle	Tea, hame pástétom, kigyóuborka, zsemle

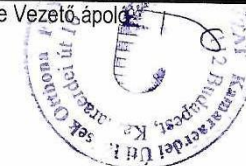
Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elomez@kamerdo.hu

Jóváhagyta: Tunyi Tünde Vezető, ápoló



oldalszám: 1/1
Dátum: 2023.03.28.