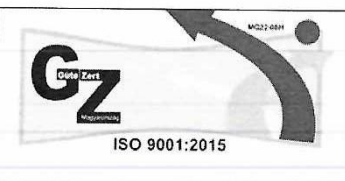




Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona
1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

27. hét

2023. július 3-tól 2023. július 9-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 3	Citromos tea Paprikás szalámi 4 szelet, margarin Kígyóborka, félbarna kenyér	Tej	Hideg almaleves Brassói aprópecsenye fűszeres cikkburgonyával, kovászos uborka	Cseresznye	Citromos tea Bécsi felvágott 3 szelet, margarin Félbarna kenyér
Kedd 4	Citromos tea Marha párizsi 3 szelet, margarin Paradicsom ½, félbarna kenyér	Tej	Karfiolkrémleves levesgyönggyel Egész sült csirkecomb, párolt rizs Tzatziki	Meggy	Citromos tea Zala felvágott 3 szelet, margarin T.K. magvas kenyér
Szerda 5	Citromos tea Főtt cserkészkolbász, mustár Félbarna kenyér	Tej	Babgulyás (marha) Lekváros piskótatekercs	Üdítő	Citromos tea Pritaminpaprikás túrókrém Kifli
Csütörtök 6	Citromos tea Sonkás tömlős sajtkrém Paradicsom ½, mini baguette Félbarna kenyér	Tej	Mórahalmi gazdagleves Karalábéfőzelék csibefasírttal	Cseresznye	Citromos tea Kolozsvári szalonna Lilahagyma Félbarna kenyér
Péntek 7	Citromos tea Virslis croissant, kígyóborka Félbarna kenyér	Tej	Zöldségleves kiskocka tésztával Székelykáposzta tejföllel	Meggy	Citromos tea Tejbedara Gofri 2 db
Szombat 8	Citromos tea Házi májpástétom, zöldpaprika ½ Rozskenyér, félbarna kenyér	Tej	Kertészleves Milánói spagetti reszelt sajttal	Dörmi	Citromos tea Fokhagymás felvágott 3 szelet Margarin, félbarna kenyér
Vasárnap 9	Citromos tea Téli szalámi 4 szelet, margarin Paradicsom ½ Korpás zsemle, félbarna kenyér	Tej	Zelleres burgonyakrémleves kolbász- karikával Zöldborsófőzelék panírozott halrúddal	Túró rudi	Citromos tea Tepertő Póréhagyma Félbarna kenyér

Készítette: Árky Tamás Konyhafőnök
Kiss Mariann Dietetikus

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Jóváhagyta: Tuhyi Tünde Vezető ápoló





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



27. hét ETLAP - DIÉTÁS ÉTREND 2023. július 3.-2023. július 9.

Nap		Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend	Pépes (spec pépes)
Hétfő 3	Reggeli	Tea, gépsonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, paprikás szalámi, margarin, kigyóuborka, zsemle	Tea, tejföl 2dl, sonkakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Almaleves, brassói csirke aprópecsenye, sült burgonya	Almaleves diab, brassói aprópecsenye, fűszeres cikkburgonya	Almaleves, brassói csirke aprópecsenye, sült burgonya
	Uzsonna	Üdítő	1/2, kovászos uborka, üdítő	Üdítő
	Vacsora	Tea, bécsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, zsemle	Tea, brokkoli püré, darált bécsi felvágott, félbarna kenyér
Kedd 4	Reggeli	Tea, marha párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, paradicsom 1/2, zsemle	Tea, zellerpüré, darált marha párizsi, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Karfiolkrémleves, sült csirkecomb, párolt rizs, cékla	Karfiolkrémleves, sült csirkecomb, párolt rizs 1/2, tzatziki, meggy	Karfiolkrémleves, sült csirkecomb filé, párolt rizs, cékla
	Uzsonna	Őszibarack befőtt		Őszibarack befőtt
	Vacsora	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, zsemle	Tea, kefir, zalakrém, félbarna kenyér
Szerda 5	Reggeli	Tea, főtt krinolin, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt cserkészkolbász, mustár, zsemle	Tea, sárgarépa püré, krinolinkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Marhagulyás diétás, lekváros piskótatekerics	Marhagulyás diétás, darafelfújt diab, üdítő	Marhagulyás diétás, darafelfújt
	Uzsonna	Üdítő		Üdítő
	Vacsora	Tea, túrókrém, kifli	Tea, pritamin paprikás túrókrém, zsemle	Tea, túrókrém, darált párizsi, félbarna kenyér
Csütörtök 6	Reggeli	Tea, hame pástétom, mini baguette, félbarna kenyér	Tea, sonkás tömlős sajt, paradicsom 1/2, zsemle	Tea, kakaós-banános zabkása, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Mórahalmi gazdagleves, csibefasírt, finomfőzelékpüré	Mórahalmi gazdagleves, csibefasírt, karalábefőzelék, diabetikus ostya	Mórahalmi gazdagleves, csibefasírt, finomfőzelékpüré
	Uzsonna	Tejszelet		Tejszelet
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, kolozsvári szalonna, lilahagyma, zsemle	Tea, karalábé püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér
Péntek 7	Reggeli	Tea, soproni felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, soproni felvágott, margarin, kigyóuborka, zsemle	Tea, zöldség püré, sopronikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Zöldségleves, brokkolis-sajtos csirkemell csőben sütve, párolt rizs	Zöldségleves, székelykáposzta, meggy	Zöldségleves, brokkolis-sajtos csirkemell csőben sütve, párolt rizs
	Uzsonna	Üdítő		Üdítő
	Vacsora	Tea, tejbedara, gofri 2 db	Tea, löncs felvágott, margarin, zsemle	Tea, tejbedara, gofri 2 db
Szombat 8	Reggeli	Tea, májkrém, rozskenyér, félbarna kenyér	Tea, házi májpástétom, zöldpaprika 1/2, zsemle	Tea, natúr joghurt, májkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Kertészleves, parajos-csirkés penne	Kertészleves, parajos-csirkés penne, üdítő	Kertészleves, parajos-csirkés ragu, főtt burgonya
	Uzsonna	Dörmi		Dörmi
	Vacsora	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, zsemle	Tea, karfiol püré, darált pulykasonka, félbarna kenyér
Vasárnap 9	Reggeli	Tea, olasz felvágott, margarin, korpás zsemle, félbarna kenyér	Tea, téliszalámi, margarin, paradicsom 1/2, zsemle	Tea, kefir, olaszkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Tej
	Ebéd	Zelleres burgonyakrémleves, halrúd, zöldborsópüréfőzelék	Zellerkrémleves, halrúd, zöldborsófőzelék diab, túró rudi diab	Zelleres burgonyakrémleves, halrúd, zöldborsópüréfőzelék
	Uzsonna	Túró rudi		Túró rudi
	Vacsora	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, tepertő, póréhagyma, zsemle	Tea, almás őszibarack pép, rakott nyelv krém, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus

Árky Tamás Konyhafőnök

Jóváhagyta: Tunyi Tünde vezető ápoló

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elmelez@kamerdo.hu



oldalszám: 1/1
Dátum: 2023.06.06.



Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona

1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



27. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND II.

2023. július 3.-2023. július 9.

Nap	Sertéshús mentes	Laktózmentes	Cukros, tejmentes
Hétfő 3	Reggeli	Tea, kockasajt 2 db, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, paprikás szalámi, margarin, kigyóuborka, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Almaleves, brassói csirke aprópecsenye, fűszeres cikkburgonya, kovászos uborka	Almaleves TM, brassói aprópecsenye, fűszeres cikkburgonya, kovászos uborka
	Uzsonna	Cseresznye	Cseresznye
	Vacsora	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér
Kedd 4	Reggeli	Tea, főtt tojás 2 db, margarin, paradicsom 1/2, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, paradicsom 1/2, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Karfiolkrémleves, sült csirkecomb, párolt rizs, tzatziki	Karfiolkrémleves TM, sült csirkecomb, párolt rizs, cékla
	Uzsonna	Meggy	Meggy
	Vacsora	Tea, kefir, gófri 2 db	Tea, zala felvágott, margarin, tk magvas kenyér
Szerda 5	Reggeli	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, főtt cserkészkolbász, mustár, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Babgulyás, lekváros piskótatekerics	Babgulyás, lekváros piskótatekerics
	Uzsonna	Üdítő	Üdítő
	Vacsora	Tea, pritamin paprikás túrókrém, kifli	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér
Csütörtök 6	Reggeli	Tea, tömlős sajtkrém, paradicsom 1/2, mini baguette	Tea, hame pástétom, paradicsom 1/2, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Mórahalmi gazdagleves, csibefasírt, karalábéfőzelék	Mórahalmi gazdagleves TM, csibefasírt, finomfőzelék TM
	Uzsonna	Cseresznye	Cseresznye
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, kolozsvári szalonna, lilahagyma, félbarna kenyér
Péntek 7	Reggeli	Tea, szardíniakrém, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, soproni felvágott, margarin, kigyóuborka, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Zöldségleves, brokkolis-sajtos csirkemell csőben sültve, párolt rizs	Zöldségleves, grill csirkemell, párolt rizs 1/2, párolt brokkoli 1/2
	Uzsonna	Meggy	Meggy
	Vacsora	Tea, tejbedara, gófri 2 db	Tea, löncs felvágott, margarin, félbarna kenyér
Szombat 8	Reggeli	Tea, házi májpástétom, zöldpaprika 1/2, rozskenyér	Tea, házi májpástétom, zöldpaprika 1/2, rozskenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Kertészleves, parajos-csirkés penne	Kertészleves, milánói spagetti
	Uzsonna	Dörmi	Üdítő
	Vacsora	Tea, fokhagymás felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, fokhagymás felvágott, margarin, félbarna kenyér
Vasárnap 9	Reggeli	Tea, trappista sajt, margarin, paradicsom 1/2, korpás zsemle	Tea, téliszalámi, margarin, paradicsom 1/2, korpás zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Zelleres burgonyakrémleves, halrúd, zöldborsófőzelék	Zellerkrémleves TM, halrúd, zöldborsófőzelék TM
	Uzsonna	Túró rudi	Őszibarack befőtt
	Vacsora	Tea, zöldfűszeres tömlős sajt, póréhagyma, félbarna kenyér	Tea, tepertő, póréhagyma, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus

Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Jóváhagyta: Tunyi Ildikó Vezető-ápoló

