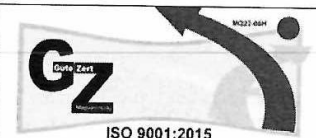




Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona
1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

18. hét

2024. április 29-től 2024. május 5-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 29	Citromos tea Csülök sonka 2 szelet, kígyóuborka Tömlős sajtkrém, félbarna kenyér	Tej	Daragaluskaleves Lencsefőzelék csibefasírttal	Banán	Citromos tea Csirkemell sonka 3 szelet, margarin Félbarna kenyér
Kedd 30	Citromos tea Sült lecsókolbász, mustár Félbarna kenyér	Tejeskávé	BrokkolikréMLEVES levesgyönggyel Sült oldalas hagymás törtburgonyával Pepperóni paprika	Meggy	Citromos tea Magyaros sajtkrém, jégcsapretek Félbarna kenyér
Szerda 1	Citromos tea Házi tonhalkrém, kígyóuborka Mini baguette	Tej	Palócleves Házi túrós pite	Üdítő	Citromos tea Majonézes csirkés sajtsaláta Rozskenyér
Csütörtök 2	Citromos tea, tej Zala felvágott 3 szelet, margarin T.K. magvas kenyér	Kefir	Málnaleves Debreceni sertéstokány tarhonyával Csemege uborka	Eper	Citromos tea Gyümölcsrizs Gofri 2 db
Péntek 3	Citromos tea Zöldfűszeres túrókrém Paradicsom 1/2, félbarna kenyér	Tej	Zöldségleves cénametélttel Nyári székelykáposzta tejföllel	Alma	Citromos tea Pritaminos felvágott 3 szelet, margarin Tk kifli
Szombat 4	Citromos tea Bécsi felvágott 3 szelet, margarin Kápia paprika 1/2, félbarna kenyér	Tej	Zöldbableves Majorannás burgonyafőzelék halrúddal	Eper	Citromos tea Húsos zsír (pulyka), lilahagyma Félbarna kenyér
Vasárnap 5	Citromos tea Kakaós-banános zabkása	Tej	Húsgaluska leves Reszelt csirkemáj bulgarral Csalamádé	Túró rudi	Citromos tea Rakott nyelv 3 szelet, margarin Kígyóuborka, félbarna kenyér

Készítette: Árky Tamás Konyhafőnök
Kiss Mariann Dietetikus

Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

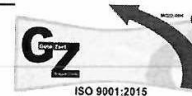
Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!



CS



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



18. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND I.

2024. április 29.-2024. május 5.

Nap		Normál "D"	Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend
Hétfő 29	Reggeli	Tea, csülök sonka, tömlős sajtkrém, kígyóborka, félbarna k.	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, csülök sonka, margarin, kígyóborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Daragaluska leves, csibefasírt, lencsefőzelék	Daragaluska leves, csibefasírt, cukkini főzelék	Daragaluska leves, csibefasírt, cukkini főzelék, étcsokoládé
	Uzsonna	Banán pép	Banán	
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, zsemle
Kedd 30	Reggeli	Tea, főtt krinolin, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, félbarna kenyér	Tea, sült lecsókolbász, mustár, zsemle
	Tízórai	Tejeskávé	Tejeskávé	
	Ebéd	Brokkoli krémleves, natúr csirkemell, hagymás törtburgonya, cékla	Brokkoli krémleves, natúr csirkemell, tört burgonya, cékla	Brokkoli krémleves, sült oldalas, hagymás tört burgonya 1/2, pepperóni paprika, meggy
	Uzsonna	Körtebefőtt	Körtebefőtt	
	Vacsora	Tea, magyaros sajtkrém, jégretek, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, magyaros sajtkrém, jégretek, zsemle
Szerda 1	Reggeli	Tea, tonhalkrém, kígyóborka, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, mini baguette	Tea, tonhalkrém, kígyóborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Palócleves, túrófelfújt	Tárkonyos pulykaragu leves, túrófelfújt	Palócleves, túrófelfújt diab, üdítő
	Uzsonna	Üdítő	Üdítő	
	Vacsora	Tea, majonézes csirkés sajsaláta, rozskenyér	Tea, joghurtos csirkés sajsaláta, rozskenyér	Tea, joghurtos csirkés sajsaláta, zsemle
Csütörtök 2	Reggeli	Tea, tej, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, tej, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, zsemle
	Tízórai	Kefir	Kefir	
	Ebéd	Málnaleves, zöldséges csirkeragu, főtt burgonya	Őszibarack leves, zöldséges csirkeragu, tarhonya	Őszibarack leves diab, debreceni sertéstokány, tarhonya 1/2, csemege uborka, eper
	Uzsonna	Eper pép	Banán	
	Vacsora	Tea, gyümölcsrizs, gofri 2 db	Tea, gyümölcsrizs, gofri 2db	Tea, löncs felvágott, margarin, zsemle
Péntek 3	Reggeli	Tea, zöldfűszeres túrókrém, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, zöldfűszeres túrókrém, félbarna kenyér	Tea, zöldfűszeres túrókrém, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Zöldségleves, nyári székelykáposzta	Zöldségleves, rakott spárga	Zöldségleves, nyári székelykáposzta, alma
	Uzsonna	Almabefőtt	Alma	
	Vacsora	Tea, pritaminos felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, T.K. kifli	Tea, pritaminos felvágott, margarin, zsemle
Szombat 4	Reggeli	Tea, bécsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, kápia paprika 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Zöldbaleves, halrúd, sárgarépa-főzelék	Zöldbabpüréleves, halrúd, majorannás burgonyafőzelék	Zöldbaleves, halrúd, sárgarépa-főzelék, eper
	Uzsonna	Eper pép	Üdítő	
	Vacsora	Tea, pulykasonka, margarin, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, húsos zsír, lilahagyma, zsemle
Vasárnap 5	Reggeli	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Húsgaluska leves, reszelt csirkemáj, burgonyapüré, cékla	Húsgaluska leves, pulykaragu, bulgur, cékla	Húsgaluska leves, reszelt csirkemáj, bulgur 1/2, cékla, túró rudi diab
	Uzsonna	Túró rudi	Túró rudi	
	Vacsora	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, kígyóborka, félbarna kenyér	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, sertés rakott nyelv, margarin, kígyóborka, zsemle

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

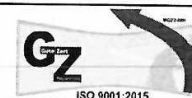
Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu

Jóváhagyta: Csáti Réka Vezető ápoló





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



18. hét

ETLAP - DIETAS ETREND II.

2024. április 29.-2024. május 5.

Nap		Pépes (spec pépes)	Cukros-pépes	Tejmentes pépes
Hétfő 29	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, csülökrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Daragaluska leves, csibefasírt, cukkini főzelék	Daragaluska leves, csibefasírt, cukkini főzelék, étcsokoládé	Daragaluska leves, csibefasírt, cukkini főzelék TM
	Uzsonna	Banán pép		Banán pép
	Vacsora	Tea, sárgarépa püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, sárgarépa püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, sárgarépa püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér
Kedd 30	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált krinolin, félbarna kenyér	Tea, tejföl 2dl, darált krinolin, félbarna kenyér	Tea, krinolin krém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tejeskávé		Növényi tej
	Ebéd	Brokkoli krémleves, natúr csirkemell, tört burgonya, cékla	Brokkoli krémleves, natúr csirkemell, tört burgonya 1/2, cékla, körtebefőtt diab	Brokkoli krémleves TM, natúr csirkemell, tört burgonya, cékla
	Uzsonna	Körtebefőtt		Körtebefőtt
	Vacsora	Tea, zellerpüré, magyaros sajtkrém, félbarna kenyér	Tea, zellerpüré, magyaros sajtkrém, félbarna kenyér	Tea, zellerpüré TM, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér
Szerda 1	Reggeli	Tea, karfiol püré, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré TM, tonhalkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Tárkonyos pulykaragu leves, túrófelfújt	Tárkonyos pulykaragu leves, túrófelfújt diab, üdítő	Tárkonyos pulykaragu leves TM, darafelfújt TM
	Uzsonna	Üdítő		Üdítő
	Vacsora	Tea, natúr joghurt, sült csirkemell, reszelt sajt, félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, sült csirkemell, reszelt sajt, félbarna kenyér	Tea, burgonyapép, darált sült csirkemell, félbarna kenyér
Csütörtök 2	Reggeli	Tea, kefir, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, kefir, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, zalakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Őszibarack leves, zöldséges csirkeragu, főtt burgonya	Őszibarack leves diab, zöldséges csirkeragu, főtt burgonya 1/2, eper pép	Őszibarack leves TM, zöldséges csirkeragu TM, főtt burgonya
	Uzsonna	Eper pép		Eper pép
	Vacsora	Tea, gyümölcsrizs, gófri 2db	Tea, löncskrém, félbarna kenyér	Tea, löncskrém, félbarna kenyér
Péntek 3	Reggeli	Tea, zöldfűszeres túrókrém, darált turista flv., félbarna kenyér	Tea, zöldfűszeres túrókrém, darált turista flv., félbarna kenyér	Tea, turistakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Zöldségleves, rakott spárga	Zöldségleves, rakott spárga, reszelt alma	Zöldségleves, rakott spárga TM
	Uzsonna	Almabefőtt		Almabefőtt
	Vacsora	Tea, karalábé püré, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, karalábé püré, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, karalábé püré TM, darált gépsonka, félbarna kenyér
Szombat 4	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált bécsi flv., félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, darált bécsi flv., félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonkakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Zöldbabpüréleves, halrúd, sárgarépa-főzelék	Zöldbabpüréleves, halrúd, sárgarépa-főzelék, eper pép	Zöldbabpüréleves, halrúd, sárgarépa-főzelék TM
	Uzsonna	Eper pép		Eper pép
	Vacsora	Tea, brokkoli püré, darált pulykasonka flv., félbarna kenyér	Tea, brokkoli püré, darált pulykasonka flv., félbarna kenyér	Tea, brokkoli püré, darált pulykasonka flv., félbarna kenyér
Vasárnap 5	Reggeli	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, olaszkrém, félbarna kenyér	Tea, olaszkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Húsgaluska leves, pulykaragu, burgonyapüré, cékla	Húsgaluska leves, pulykaragu, burgonyapüré 1/2, cékla, túró rudi diab	Húsgaluska leves, pulykaragu, burgonyapüré TM, cékla
	Uzsonna	Túró rudi		Üdítő
	Vacsora	Tea, zöldség püré, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, zöldség püré, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, zöldség püré TM, hame pástétom, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus

Árky Tamás Konyhafőnök

Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elemez@kamerdo.hu

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.04.09.





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



18. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND III.

2024. április 29.-2024. május 5.

Nap		Sertéshús mentes	Tejmentes	Cukros, tejmentes	Vesekímélő, cukorbeteg étrend
Hétfő 29	Reggeli	Tea, tömlős sajtkrém, kigyóborka, félbarna	Tea, csülök sonka, marg., kigyóub., félbarna k	Tea, csülök sonka, marg., kigyóub., zsemle	Tea, olasz felv 2 sz, marg, kigyóub, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Daragaluska leves, csibefasírt, cukkini főzelék	Darag. leves, csibefasírt, cukkini főzelék TM	Darag. leves, csibefasírt, cukkini főzelék TM, étcsokoládé	Darag. leves, csibefasírt, cukkini főzelék TM, üdítő
	Uzsonna	Banán	Banán		
Kedd 30	Reggeli	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, cs.mell sonka, marg., félbarna kenyér	Tea, cs.mell sonka, marg., zsemle	Tea, cs.mell sonka 2 sz, marg., zsemle
	Tízórai	Tea, tükörtőjás, margarin, félbarna kenyér	Tea, sült lecsókolbász, mustár, félbarna kenyér	Tea, sült lecsókolbász, mustár, zsemle	Tea, tükörtőjás, margarin, zsemle
	Ebéd	Brokkoli krémleves, natúr csirkemell, tört burgonya, pepp. papr.	Brokkoli krémleves TM, sült oldalas, hagymás törtburg., pepp.paprika	Brokkoli krémleves TM, sült oldalas, hagymás törtburg. 1/2, pepp.paprika, meggy	Brokkoli krémleves TM, natúr csirkemell, törtburg. 1/2, cékla, körtebefőtt diab
	Uzsonna	Meggy	Meggy		
Szerda 1	Reggeli	Tea, magyaros sajtkrém, jégretek, félbarna kenyér	Tea, baromfi p., marg., jégretek, félbarna kenyér	Tea, baromfi p., marg., jégretek, zsemle	Tea, baromfi p. 2 sz, marg., jégretek, zsemle
	Tízórai	Tea, tonhalkrém, kigyóborka, mini baguette	Tea, tonhalkrém, kigyóub., félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, kigyóub., zsemle	Tea, tonhalkrém, kigyóub., zsemle
	Ebéd	Tárkonyos pulykaragu leves, túrós pite	Tárkonyos p.raguleves TM, darafelfűjt TM	Tárkonyos p.raguleves TM, darafelfűjt TM diab, üdítő	Tárkonyos p.raguleves TM, darafelfűjt TM diab, üdítő
	Uzsonna	Üdítő	Üdítő		
Csütörtök 2	Reggeli	Tea, majonézes csirkés sajtaláta, rozskenyér	Tea, sült csirkemell, marg., rozskenyér	Tea, sült csirkemell, marg., zsemle	Tea, sült csirkemell, marg., zsemle
	Tízórai	Tea, baromfi párizsi, margarin, t.k. kenyér	Tea, zala felv., margarin, t.k. kenyér	Tea, zala felv., margarin, zsemle	Tea, zala felv. 2 sz, margarin, zsemle
	Ebéd	Málnaleves, zöldséges csirkeragu, tarhonya	Őszibarack leves TM, zölds.csirkeraguTM, tarh	Őszibarack leves TM diab, zölds.csirkeragu TM, tarhonya 1/2, eper	Őszibarack leves TM diab, zölds.csirkeragu TM, tarhonya 1/2, eper
	Uzsonna	Eper	Eper		
Péntek 3	Reggeli	Tea, gyümölcsrizs, gofri 2db	Tea, löncs flv, margarin, félbarna kenyér	Tea, löncs flv, margarin, zsemle	Tea, löncs flv 2 sz, margarin, zsemle
	Tízórai	Tea, zöldf. túrókrém, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, turista felv., marg., parad 1/2, félbarna	Tea, turista felv., marg., parad 1/2, zsemle	Tea, turista felv. 2 sz, marg., zsemle
	Ebéd	Zöldségleves, grill csirkemell, párolt rizs 1/2, párolt	Zöldségleves, rakott spárga TM	Zöldségleves, rakott spárga TM, alma	Zöldségleves, rakott spárga TM, alma
	Uzsonna	Alma	Alma		
Szombat 4	Reggeli	Tea, szardíniakrém, T.K. kifli	Tea, pritamínos flv., marg, félbarna kenyér	Tea, pritamínos flv., marg, zsemle	Tea, pritamínos flv. 2 sz, marg, zsemle
	Tízórai	Tea, cs.mell sonka, marg., kápia papr. 1/2, félbarna	Tea, cs.mell sonka, marg, kápia 1/2, félbarna k	Tea, cs.mell sonka, marg, kápia 1/2,	Tea, cs.mell sonka 2 sz, marg, kápia 1/2,
	Ebéd	Zöldbaleves, halrúd, majorannás burg.főz	Zöldbaleves, halrúd, sárgarépa főzelék TM	Zöldbaleves, halrúd, sárgarépa főzelék TM, eper	Zöldbabpüréleves, halrúd, sárgarépa főzelék TM, üdítő
	Uzsonna	Eper	Eper		
Vasárnap 5	Reggeli	Tea, pulykasonka, marg., lilah., félbarna kenyér	Tea, húsos zsír, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, húsos zsír, lilahagyma, zsemle	Tea, pulykasonka 2 sz, marg., lilah., zsemle
	Tízórai	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	Tea, olasz felvágott 2 sz, margarin, zsemle
	Ebéd	Tej	Növényi tej		
	Uzsonna	Kertészleves, reszelt csirkemáj, bulgur, csalamádé	Húsgaluska leves, reszelt máj, bulgur, csalamádé	Húsgaluska leves, reszelt máj, bulgur 1/2, cékla, üdítő	Kertészleves, pulykaragu, bulgur 1/2, cékla, üdítő
Vasárnap 5	Reggeli	Tea, kockasajt, kigyóborka, félbarna kenyér	Tea, hame pástétom, kigyóborka, félbarna k.	Tea, hame pástétom, kigyóborka, zsemle	Tea, rakott nyelv 2 sz, marg, kigyóub, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus / Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu



Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

Handwritten signature

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.04.09.