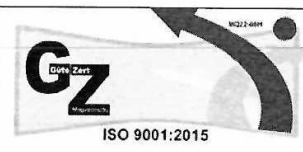
	Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona 1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.	
---	--	---

ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

19. hét

2024. május 6-tól 2024. május 12-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 6	Citromos tea Hame pástétom, paradicsom ½ Rozskenyér	Tej	Zöldségleves Mexikói sertéstokány kagyló tésztával	Banán	Citromos tea Tepertő, lilahagyma Félbarna kenyér
Kedd 7	Citromos tea Vaníliás croissant Réteges gyümölcsjoghurt	Tejeskávé	Bojtár leves Rozmaringos pulykasült Párolt rizszel ½, párolt zöldséggel 1/2	Cseresznye	Citromos tea Citromos-kapros tonhalkrém Félbarna kenyér
Szerda 8	Citromos tea Főtt debreceni, mustár T.K. kifli	Tej	Zöldborsókrémleves levesgyönggyel Juhtúrós-szalonnás galuska	Üdítő	Citromos tea Löncs felvágott 3 szelet, margarin Paradicsom ½, félbarna kenyér
Csütörtök 9	Citromos tea Csülök sonka 3 szelet, margarin Kígyóuborka, korpás zsemle	Tej	Bakonyi sertésraguleves Dubarry harcsa szelet Zöldséges bulgurral	Eper	Citromos tea Csabai felvágott 3 szelet, margarin Félbarna kenyér
Péntek 10	Citromos tea Fokhagymás felvágott 3 szelet Kockasajt, zöldpaprika ½ Mini baguette	Tej	Faluházi csontleves Tökfőzelék sült lecsókolbásszal	Túró rudi	Citromos tea Kenőmájas, lilahagyma Félbarna kenyér
Szombat 11	Citromos tea Sertés párizsi 3 szelet, újhagyma Zöldfűszeres sajtkrém Félbarna kenyér	Tej	Tejfölös zöldbableves Milánói penne reszelt sajttal	Alma	Citromos tea Pritaminos felvágott 3 szelet Margarin, kígyóuborka Félbarna kenyér
Vasárnap 12	Citromos tea Zalakrém Paradicsom ½, félbarna kenyér	Tej	Legényfogó leves Kelkáposztafőzelék egybefasírttal	Parány	Citromos tea Krémtúró Almás croissant

Készítette: Árky Tamás Konyhafőnök
Kíss Mariann Dietetikus

Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!





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



19. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND I.

2024. május 6.-2024. május 12.

Nap		Normál "D"	Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend
Hétfő 6	Reggeli	Tea, hame pástétom, paradicsom szelet, rozskenyér	Tea, hame pástétom, rozskenyér	Tea, hame pástétom, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Zöldségleves, kapros pulykatokány, törtburgonya	Zöldségleves, kapros pulykatokány, kagyló tészta	Zöldségleves, kapros pulykatokány, kuskusz 1/2, körtebefőtt
	Uzsonna	Banán pép	Banán	diab
Kedd 7	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, tepertő, lilahagyma, zsemle
	Reggeli	Tea, vaníliás croissant, réteges joghurt	Tea, vaníliás croissant, réteges joghurt	Tea, turista felvágott, margarin, zsemle
	Tízórai	Tejeskávé	Tejeskávé	
	Ebéd	Bojtárleves, rozmaringos pulykasült diétás, finomfőzelék	Bojtárleves, rozmaringos pulykasült diétás, párolt rizs 1/2, párolt zöldség 1/2	Bojtárleves, rozmaringos pulykasült, párolt rizs 1/2, párolt zöldség 1/2, éticsokoládé
Szerda 8	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Őszibarack befőtt	
	Vacsora	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, zsemle
	Reggeli	Tea, főtt virsli, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt virsli, mustár, tk kifli	Tea, főtt debreceni, mustár, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
Csütörtök 9	Ebéd	Zöldborsókrémleves, juhtúrós-szalonnás galuska	Zöldborsókrémleves, rakott sárgarépa pulykahússal	Zöldborsókrémleves, rakott sárgarépa pulykahússal, üdítő
	Uzsonna	Üdítő	Üdítő	
	Vacsora	Tea, löncs felvágott, margarin, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, paradicsom 1/2, zsemle
	Reggeli	Tea, csülök sonka, margarin, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, korpás zsemle	Tea, csülök sonka, margarin, kigyóuborka, zsemle
Péntek 10	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Bakonyi sertésraguleves, sült harcsafilé, burgonyapüré	Kertészleves, sült harcsafilé, zöldséges bulgur	Bakonyi sertésraguleves, dubarry harcsaszelet, zöldséges bulgur 1/2, eper
	Uzsonna	Eper pép	Banán	
	Vacsora	Tea, csabai felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, csabai felvágott, margarin, zsemle
Szombat 11	Reggeli	Tea, pulykasonka, kockasajt, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, mini baguette	Tea, pulykasonka, margarin, zöldpaprika 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Csirkeragu leves, sült krinolin, tökfőzelék	Csirkeragu leves, sült krinolin, tökfőzelék diétás	Faluházi csontleves, sült lecsókolbász, tökfőzelék diétás, túró rudi diab
	Uzsonna	Túró rudi	Túró rudi	
Vasárnap 12	Vacsora	Tea, kenőmájás, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, kenőmájás, félbarna kenyér	Tea, kenőmájás, lilahagyma, zsemle
	Reggeli	Tea, párizsi felvágott, tömlős sajt, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, újhagyma, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Tejfőlős zöldbaleves, spárgás-csirkés ragu, törtburgonya	Zöldbabpüréleves, spárgás-csirkés penne	Tejfőlős zöldbaleves, spárgás-csirkés penne, alma
Vasárnap 12	Uzsonna	Almabefőtt	Alma	
	Vacsora	Tea, pritamínos felvágott, margarin, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, pritamínos felvágott, margarin, kigyóuborka, zsemle
	Reggeli	Tea, zalakrém, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, zalakrém, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
Vasárnap 12	Ebéd	Legényfogyó leves, egybefasírt, kelkáposztafőzelék	Legényfogyó leves csirkéből, egybefasírt, parajfőzelék diétás	Legényfogyó leves, egybefasírt, kelkáposztafőzelék, diabetikus ostya
	Uzsonna	Dörmi	Parány	
	Vacsora	Tea, körtés árpakása	Tea, natúr joghurt, almás croissant	Tea, vadász felvágott, margarin, zsemle

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu

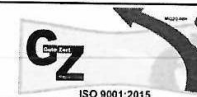
Jóváhagyta: Csabai Réka Vezető főpolgármester-helyettes



oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.04.11.



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



19. hét

ETLAP - DIÉTÁS ÉTREND II.

2024. május 6.-2024. május 12.

Nap		Pépes (spec pépes)	Cukros-pépes	Tejmentes pépes
Hétfő 6	Reggeli	Tea, szardíniakrém, tejföl 2dl, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, tejföl 2dl, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Zöldségleves, kapros pulykatokány, törtburgonya	Zöldségleves, kapros pulykatokány, törtburgonya 1/2, körtebefőtt	Zöldségleves, kapros pulykatokány TM, törtburgonya
	Uzsonna	Banán pép	diab	Banán pép
	Vacsora	Tea, fehérrépa püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, fehérrépa püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, fehérrépa püré, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér
Kedd 7	Reggeli	Tea, gofri 2 db, réteges joghurt	Tea, turistakrém, félbarna kenyér	Tea, turistakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tejeskávé		Növényi tej
	Ebéd	Bojtárleves, rozmaryingos pulykasült, finomfőzelék	Bojtárleves, rozmaryingos pulykasült, finomfőzelék, étcsokoládé	Bojtárleves, rozmaryingos pulykasült, finomfőzelék TM
	Uzsonna	Őszibarack befőtt		Őszibarack befőtt
	Vacsora	Tea, zellerpüré, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, zellerpüré, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, zellerpüré TM, tonhalkrém, félbarna kenyér
Szerda 8	Reggeli	Tea, kefir, darált főtt virsli, félbarna kenyér	Tea, kefir, darált főtt virsli, félbarna kenyér	Tea, virslikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Zöldborsókrémleves, rakott sárgarépa	Zöldborsókrémleves, rakott sárgarépa, üdítő	Zöldborsókrémleves TM, rakott sárgarépa TM
	Uzsonna	Üdítő		Üdítő
	Vacsora	Tea, karfiol püré, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré TM, darált gépsonka, félbarna kenyér
Csütörtök 9	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Kertészleves, dubarry harcsafilé, burgonyapüré	Kertészleves, dubarry harcsafilé, burgonyapüré 1/2, eper pép	Kertészleves, sült harcsafilé, burgonyapüré TM
	Uzsonna	Eper pép		Eper pép
	Vacsora	Tea, zöldség püré, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, zöldség püré, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, zöldség püré TM, darált olasz felvágott, félbarna kenyér
Péntek 10	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált pulykasonka, kockasajt, félbarna kenyér	Tea, tejföl 2dl, darált pulykasonka, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka krém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Csirkeragu leves, sült krinolin, tökfőzelék	Csirkeragu leves, sült krinolin, tökfőzelék diétás, túró rudi diab	Csirkeragu leves, sült krinolin, tökfőzelék TM
	Uzsonna	Túró rudi		Étcsokoládé
	Vacsora	Tea, karalábé püré, kenőmájas, félbarna kenyér	Tea, karalábé püré, kenőmájas, félbarna kenyér	Tea, karalábé püré TM, kenőmájas, félbarna kenyér
Szombat 11	Reggeli	Tea, sárgarépa püré, darált párizsi, tömlős sajt, félbarna k.	Tea, sárgarépa püré, darált párizsi, félbarna k.	Tea, sárgarépa püré, darált párizsi, félbarna k.
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Zöldbabpüréleves, spárgás-csirkés ragu, törtburgonya	Zöldbabpüréleves, spárgás-csirkés ragu, törtburgonya 1/2, reszelt alma	Zöldbabpüréleves, spárgás-csirkés ragu TM, törtburgonya
	Uzsonna	Almabefőtt		Almabefőtt
	Vacsora	Tea, kefir, darált bécsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, kefir, darált bécsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, pritaminoz felvágott krém, félbarna kenyér
Vasárnap 12	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, zalakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Legényfogyó leves csirkéből, egybefasírt, parajfőzelék	Legényfogyó leves csirkéből, egybefasírt, parajfőzelék, üdítő	Legényfogyó leves csirkéből TM, egybefasírt, parajfőzelék TM
	Uzsonna	Dörmi		Üdítő
	Vacsora	Tea, körtés árpakása	Tea, vadász felvágott krém, félbarna kenyér	Tea, vadász felvágott krém, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus *M* Árkó Tamás Konyhafőnök *Á*

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu

Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló



oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.04.11.



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



19. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND III.

2024. május 6.-2024. május 12.

Nap		Sertéshús mentes	Tejmentes	Cukros, tejmentes	Vesekímélő, cukorbeteg étrend
Hétfő 6	Reggeli	Tea, szardíniakrém, paradicsom 1/2, rozskenyér	Tea, hame pástétom, parad 1/2, rozskenyér	Tea, hame pástétom, parad 1/2, zsemle	Tea, szardíniakrém, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Zöldségleves, kapr. pulykatokány, kagylótészta	Zölds.leves, mex. sertéstokány, kagylótészta	Zölds.leves, kapos pulykatokány TM, kuskusz 1/2, körtebefőtt diab	Zölds.leves, kapos pulykatokány TM, kuskusz 1/2, körtebefőtt diab
	Uzsonna	Banán	Banán		
	Vacsora	Tea, cs.mellsonka, marg., lilahagyma, félbarna k.	Tea, tepertő, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, tepertő, lilahagyma, zsemle	Tea, cs.mellsonka 2 sz, marg., lilahagyma,
Kedd 7	Reggeli	Tea, vaníliás croissant, réteges joghurt	Tea, turista felv, marg, félbarna kenyér	Tea, turista felv, marg, zsemle	Tea, turista felv 2 sz, marg, zsemle
	Tízórai	Tejeskávé	Növényi tej		
	Ebéd	Burgonyaleves, rozmaringos pulykasült, párolt rizs 1/2, párolt zöldség 1/2	Bojtárleves, rozmaringos pulykasült, párolt rizs 1/2, párolt zöldség 1/2	Bojtárleves, rozmaringos pulykasült, párolt rizs 1/2, párolt zöldség 1/2, étcsokoládé	Burgonyaleves, rozmaringos pulykasült, párolt rizs 1/2, párolt zöldség 1/2, étcsokoládé
	Uzsonna	Cseresznye	Cseresznye		
	Vacsora	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, zsemle	Tea, tonhalkrém, zsemle
Szerda 8	Reggeli	Tea, trappista sajt, margarin, tk kifli	Tea, főtt debreceni, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt debreceni, mustár, zsemle	Tea, főtt virsli, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Z.borsókr.leves, rakott sárgarépa	Z.borsókr.leves TM, rakott sárgarépa TM	Z.borsókr.leves TM, rakott sárgarépa TM, üdítő	Z.borsókr.leves TM, rakott sárgarépa TM, üdítő
	Uzsonna	Üdítő	Üdítő		
	Vacsora	Tea, tömlős sajt, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, löncs felv, marg, parad 1/2, félbarna k.	Tea, löncs felv, marg, parad 1/2, zsemle	Tea, gépsonka 2 sz, margarin, zsemle
Csütörtök 9	Reggeli	Tea, baromfi p., marg, kigyóub, korpás zsemle	Tea, csülök s, marg, kigyóub, korpás zsemle	Tea, csülök s, marg, kigyóub, zsemle	Tea, baromfi p. 2 sz, marg, kigyóub, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Kertészleves, dubarry harcsaszelet, zölds.bulgur	Bakonyi s.raguleves, sült harcsafilé, zölds.bulgur	Bakonyi s.raguleves, sült harcsafilé, zölds.bulgur 1/2, eper	Kertészleves, sült harcsafilé, zölds.bulgur 1/2, eper
	Uzsonna	Eper	Eper		
	Vacsora	Tea, főtt tojás 2 db, margarin, félbarna kenyér	Tea, csabai felv, margarin, félbarna kenyér	Tea, csabai felv, margarin, zsemle	Tea, főtt tojás 1 db, margarin, zsemle
Péntek 10	Reggeli	Tea, pulykasonka, marg, zöldpapr. 1/2, mini b.	Tea, pulykasonka, marg, z.papr. 1/2, félbarna k.	Tea, pulykasonka, marg, z.papr. 1/2,	Tea, pulykasonka 2 sz, marg, z.papr. 1/2,
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Csirkeraagu leves, tükörtojás, tökfőzelék	Faluházi csontleves, sült lecsókolb, tökf. TM	Faluházi csontleves, sült lecsókolbász, tökf. TM, étcsokoládé	Faluházi csontleves, sült krinolin, tökf. TM, étcsokoládé
	Uzsonna	Túró rudi	Étcsokoládé		
	Vacsora	Tea, cs.mellsonka, marg., lilahagyma, félbarna k.	Tea, kenőmájás, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, kenőmájás, lilahagyma, zsemle	Tea, cs.mellsonka 2 sz, marg., lilahagyma,
Szombat 11	Reggeli	Tea, tömlős sajt, újhagyma, félbarna kenyér	Tea, párizsi felv, marg, újhagyma, félbarna k.	Tea, párizsi felv, marg, újhagyma, zsemle	Tea, párizsi felv 2 sz, marg, újhagyma, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Tejf. zöldbableves, spárgás-csirkés penne	Magyaros z.bableves, milánói penne	Magyaros z.bableves, spárgás-csirkés penne TM, alma	Magyaros z.babpüréleves, spárgás-csirkés penne TM, alma
	Uzsonna	Alma	Alma		
	Vacsora	Tea, trappista sajt, margarin, kigyóub, félbarna k.	Tea, pritamínos felv, marg, kigyóub, félbarna k.	Tea, pritamínos felv, marg, kigyóub, zsemle	Tea, bécsi felv 2 sz, mrg, kigyóub, zsemle
Vasárnap 12	Reggeli	Tea, kockasajt 2 db, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, zalakrém, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, zalakrém, parad. 1/2, zsemle	Tea, zalakrém, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Legényfogyó leves csirkéből, sült cs.mellsonka, kelkáposztafőzelék	Legényfogyó leves csirkéből TM, egybefasírt, kelkáposztafőzelék	Legényfogyó leves csirkéből TM, egybefasírt, kelkáposztafőzelék, üdítő	Zöldségleves, sült csirkemell sonka, parajfőzelék TM, diabetikus ostya
	Uzsonna	Parány	Üdítő		
	Vacsora	Tea, krémtúró, almás croissant	Tea, vadász felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, vadász felvágott, margarin, zsemle	Tea, vadász felvágott 2 sz, margarin, zsemle

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus / Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elmez@kamerdo.hu

Jóváhagyta: Csabai Réka Vezető ápoló



oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.04.11.