



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



ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

3. hét

2026. január 12-től 2026. január 18-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 12	Citromos tea Disznósajt 2 szelet, margarin Lilahagyma, tk kenyér	Tej	Frankfurti leves Pulykapaprikás rövidcső tésztával Céklával	Kivi	Citromos tea Házi szendvicsskrém, paradicsom 1 db Félbarna kenyér
Kedd 13	Citromos tea Póréhagymás tojásrántotta Rozskenyér	Tej	Kolbászos burgonyaleves Sárgaborsófőzelék sertéspörkölttel Banán	Tejszelet	Citromos tea Pritaminos túrókrém Félbarna kenyér
Szerda 14	Citromos tea Krém túró Kakaós csiga	Tejeskávé	Almaleves Rakott karfiol tejföllel sütvé Túró rudi	Mandarin	Citromos tea Olasz felvágott 3 szelet, margarin Félbarna kenyér
Csütörtök 15	Citromos tea Sertés rakott nyelv 3 szelet Margarin, savanyúkáposzta Szezámós zsemle	Tej	Kertészleves Csibefasírt zelleres burgonyapürével Csalamádéval	Gyümölcsle	Citromos tea Kolbászkarika 6 db, margarin Kígyóuborka, kefir Félbarna kenyér
Péntek 16	Citromos tea Ausztria szalámi 6 szelet, margarin Paradicsom 1 db, sajtos stangli	Tej	Őszibarack krémleves Jóasszony ragu Párolt rizsszel	Citromos nápolyi	Citromos tea Párizsi felvágott 3 szelet, margarin Gyümölcsjoghurt, félbarna kenyér
Szombat 17	Citromos tea Hamé pástétom, kígyóuborka Félbarna kenyér	Tej	Hamis gulyás Bolognai ragu zöldséges orsótésztával Reszelt sajttal	Kivi	Citromos tea Vadász felvágott 3 szelet, margarin Kápia paprika ½, félbarna kenyér
Vasárnap 18	Citromos tea Csülök sonka 3 szelet Margarin, jégretek Félbarna kenyér	Tej	Csontleves cénametélttel Disznótoros Petrezselymes burgonyával Ecetes gyöngyhagymával	Narancs	Citromos tea, kakaó Miniméz, margarin Kalács

Készítette: Árky Tamás Konyhafőnök
Kiss Mariann Dietetikus

Jóváhagyta: Czagány Éva Vezető ápoló

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!



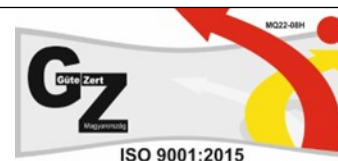
Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona
1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



3. hét			ETLAP - DIETAS ET REND I.		2026. január 12.-2026. január 18.
Nap		Normál "D"	Epekimélő - zsírszegény		Tejmentes
Hétfő 12	Reggeli	Tea, disznósajt, margarin, lilahagyma, tk kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, tk kenyér		Tea, disznósajt, margarin, lilahagyma, tk kenyér
	Tízórai	Tej	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Frankfurti leves, pulykapaprikás, rövidcső tészta, cékla	Zöldségleves, pulykapörkölt diétás, rövidcső tészta, cékla		Zöldségleves, pulykapörkölt diétás, rövidcső tészta, cékla
	Uzsonna	Kivi pép	Almabefőtt		Kivi
	Vacsora	Tea, házi szendvicskrém, paradicsom szeletelve, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, félbarna kenyér		Tea, házi szendvicskrém, paradicsom, félbarna kenyér
Kedd 13	Reggeli	Tea, póréhgymás rántotta, rozskenyér	Tea, főtt tojás 2 db, margarin, rozskenyér		Tea, póréhgymás rántotta, rozskenyér
	Tízórai	Tej	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Kolbászos burgonyaleves, sertéspörkölt, sárgaborsó, banán	Burgonyaleves, csirkepörkölt, zöldbabpüréfőzelék, banán		Burgonyaleves TM, sertéspörkölt, sárgaborsófőzelék, banán
	Uzsonna	Tejszelet	Tejszelet		Étcsokoládé
	Vacsora	Tea, túrókrém, félbarna kenyér	Tea, túrókrém, félbarna kenyér		Tea, pirítósos felvágott, margarin, félbarna kenyér
Szerda 14	Reggeli	Tea, krémtúró, gófri 2 db	Tea, natúr joghurt, gófri 2 db		Tea, csabai felvágott, margarin, félbarna kenyér
	Tízórai	Tejeskávé	Tejeskávé		Növényi tej
	Ebéd	Almaleves, rakott karfiol, túró rudi	Almaleves, rakott brokkoli, túró rudi		Almaleves TM, rakott karfiol TM, zabrud
	Uzsonna	Mandarin pucolva	Mandarin		Mandarin
	Vacsora	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér		Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér
Csütörtök 15	Reggeli	Tea, rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér		Tea, baromfi párizsi, margarin, savanyúkáposzta, szezám
	Tízórai	Tej	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Kertészleves, csibefasírt, zelleres burgonyapüré, cékla	Kertészleves diétás, csibefasírt, zelleres burgonyapüré, cékla		Kertészleves, csibefasírt, zelleres burgonyapüré TM, csal.
	Uzsonna	Gyümölcslé	Gyümölcslé		Gyümölcslé
	Vacsora	Tea, bécsi felvágott, margarin, kefir, kgyóuborka, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, kefir, félbarna kenyér		Tea, kolbászkarika, margarin, kgyóuborka, félbarna kenyér
Péntek 16	Reggeli	Tea, ausztria szalámi, margarin, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, pulykamell sonka, margarin, sajtos stangli		Tea, ausztria szalámi, margarin, paradicsom, félbarna
	Tízórai	Tej	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Őszibarack krémleves, jóasszony ragu, párolt rizs	Őszibarack krémleves, cukkinis-csirkés ragu, párolt rizs		Őszibarack krémleves TM, cukkinis-csirkés ragu TM, párolt rizs
	Uzsonna	Dörmi	Nápolyi		Körtebefőtt
	Vacsora	Tea, párizsi felvágott, margarin, gyümölcsgyoghurt, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, gyümölcsgyoghurt, félbarna kenyér		Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér
Szombat 17	Reggeli	Tea, hamé pástétom, kgyóuborka, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér		Tea, hamé pástétom, kgyóuborka, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Hamis gulyás, bolognai ragu, zöldséges orsótészta, reszelt sajt	Hamis gulyás, zöldfűszeres csirkeragu, zöldséges orsótészta		Hamis gulyás, bolognai ragu, zöldséges orsótészta
	Uzsonna	Kivi pép	Gyümölcslé		Kivi
	Vacsora	Tea, vadász felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, félbarna kenyér		Tea, vadász felvágott, margarin, kápia paprika 1/2, félbarna k
Vasárnap 18	Reggeli	Tea, csülök sonka, margarin, jégretek, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér		Tea, csülök sonka, margarin, jégretek, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Csontleves, pulykasült diétás, petrezselymes burgonya, cékla	Csontleves, pulykasült diétás, petrezselymes burgonya, cékla		Csontleves, disznótörös, petrezselymes burgonya, gyöngyh
	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Őszibarack befőtt		Narancs



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



3. hét		ETLAP - DIETAS ETREND II.		2026. január 12.-2026. január 18.
Nap		Pépes (spec pépes)	Tejmentes pépes	Sertéshús mentes
Hétfő 12	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonkakrém, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, lilahagyma, tk kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Zöldségleves, pulykapörkölt, törtburgonya, cékla	Zöldségleves, pulykapörkölt, törtburgonya, cékla	Zöldségleves, pulykapaprikás, rövidcső tészta, cékla
	Uzsonna	Almabefőtt	Almabefőtt	Kivi
	Vacsora	Tea, sült sonkás-zöldséges zabkása	Tea, sült sonkás-zöldséges zabkása	Tea, halpástétom, paradicsom, félbarna kenyér
Kedd 13	Reggeli	Tea, natúr joghurt, reszelt főtt tojás 2 db, félbarna kenyér	Tea, lágy tojáskrém, félbarna kenyér	Tea, poréahagymás rántotta, rozskenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Burgonyaleves, csirkepörkölt, zöldbabpüréőzelék, banán	Burgonyaleves TM, csirkepörkölt, zöldbabpüréőzelék TM, banán	Burgonyaleves, csirkepörkölt, zöldbabőzelék, banán
	Uzsonna	Tejszelet	Étcsokoládé	Tejszelet
	Vacsora	Tea, lágy túrókrém, darált piraminos felvágott, félbarna kenyér	Tea, piraminos felvágott krém, félbarna kenyér	Tea, piraminos túrókrém, félbarna kenyér
Szerda 14	Reggeli	Tea, krémtúró, gofri 2 db	Tea, csabai felvágott krém, félbarna kenyér	Tea, krémtúró, kakaós csiga
	Tízórai	Tejeskávé	Növényi tej	Tejeskávé
	Ebéd	Almaleves, rakott brokkoli, túró rudi	Almaleves TM, rakott karfiol TM, zabrudi	Almaleves, rakott brokkoli, túró rudi
	Uzsonna	Körtebefőtt	Körtebefőtt	Mandarin
	Vacsora	Tea, sült karfiolos rizskása reszelt sajttal	Tea, sült karfiolos rizskása reszelt főtt tojással	Tea, trappista sajt, margarin, félbarna kenyér
Csütörtök 15	Reggeli	Tea, kefir, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsikrém, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, savanyúkáposzta, szezám
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Kertészleves, csibefasírt, zelleres burgonyapüré, cékla	Kertészleves, csibefasírt, zelleres burgonyapüré TM, cékla	Kertészleves, csibefasírt, zelleres burgonyapüré, csalamádé
	Uzsonna	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Gyümölcslé
	Vacsora	Tea, almás-fahéjas zabkása	Tea, almás-fahéjas zabkása TM	Tea, almás-fahéjas zabkása
Péntek 16	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált pulykamell sonka, félbarna kenyér	Tea, pulykamell sonkakrém, félbarna kenyér	Tea, pulykamell sonka, margarin, paradicsom, sajtos stangli
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Őszibarack krémleves, cukkinis-csirkés ragu, rizspép	Őszibarack krémleves TM, cukkinis-csirkés ragu TM, rizspép	Őszibarack krémleves, cukkinis-csirkés ragu, párolt rizs
	Uzsonna	Dörmi	Körtebefőtt	Nápolyi
	Vacsora	Tea, házi kekszes puding	Tea, házi kekszes puding TM	Tea, minijam, margarin, gyümölcsgoghurt, félbarna kenyér
Szombat 17	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált pulykasonka, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka krém, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, kigyóuborka, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Hamis gujas, zöldfűszeres csirkeragu, zöldborsópüréőzelék	Hamis gulyás, zöldfűszeres csirkeragu TM, zöldborsópüréőzelék	Hamis gulyás, bolognai ragu, orsótészta, reszelt sajt
	Uzsonna	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Kivi
	Vacsora	Tea, sült pulykás-zöldséges zabkása	Tea, sült pulykás-zöldséges zabkása	Tea, tömlős sajt, kápi paprika 1/2, félbarna kenyér
Vasárnap 18	Reggeli	Tea, kefir, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, zalakrém, félbarna kenyér	Tea, kockasajt 2 db, jégrettek, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Csontleves, pulykasült, főtt burgonya, cékla	Csontleves, pulykasült, főtt burgonya, cékla	Magyaros karalábéleves, pulykasült, petr. burgonya,
	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Őszibarack befőtt	Narancs
	Vacsora	Tea, kakaó, miniméz, margarin, kalács	Tea, löncskrém, félbarna kenyér	Tea, kakaó, miniméz, margarin, kalács



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



3. hét			ET LAP - DIETAS ETREND III.			2026. január 12.-2026. január 18.
Nap		Cukorbeteg étrend	Cukros-pépes	Cukros, tejmentes		Vese-kímélő, cukorbeteg étrend
Hétfő 12	Reggeli	Tea, disznósajt, margarin, illahagyma, zsemle	Tea, tejföl 2dl, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, disznósajt, margarin, illahagyma, zsemle	Tea, csirkemell sonka 2 sz, margarin, illahagyma, zsemle	Tea, csirkemell sonka 2 sz, margarin, illahagyma, zsemle
	Tízórai	Csirkemell sonka, zsemle	Zöldségkrém, félbarna kenyér	Csirkemell sonka, zsemle	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle
	Ebéd	Frankfurti leves, pulykapaprikás, rövidcső tészta 1/2, cékla, kivi	Zöldségleves, pulykapörkölt, törburgonya 1/2, cékla, almabefőtt diab	Zöldségleves, pulykapörkölt, rövidcső tészta 1/2, cékla, kivi	Zöldségleves, pulykapörkölt, rövidcső tészta 1/2, cékla, kivi	Zöldségleves, pulykapörkölt, rövidcső tészta 1/2, cékla, kivi
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, szendvicskrém, paradicsom, zsemle	Tea, sült sonkás-zöldses zabkása	Tea, szendvicskrém, paradicsom, zsemle	Tea, szendvicskrém, zsemle	Tea, szendvicskrém, zsemle
Kedd 13	Reggeli	Tea, póréhgagymás rántotta, zsemle	Tea, natúr joghurt, reszelt főtt tojás 2 db, félbarna kenyér	Tea, póréhgagymás rántotta, zsemle	Tea, főtt tojás 1 db, margarin, zsemle	Tea, főtt tojás 1 db, margarin, zsemle
	Tízórai	Natúr joghurt, zsemle	Májkrém, félbarna kenyér	Májkrém, zsemle	Natúr joghurt, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Ebéd	Kolbászos burgonyaleves, sertéspörkölt, zöldbabfőzelék diab, alma, étcsokoládé	Burgonyaleves, csirkepörkölt, zöldbabpüréfőzelék, reszelt alma, étcsokoládé	BurgonyalevesTM, sertéspörkölt, zöldbabfőzelék TM, alma, étcsokoládé	BurgonyalevesTM, csirkepörkölt, zöldbabfőzelék TM, alma, étcsokoládé	BurgonyalevesTM, csirkepörkölt, zöldbabfőzelék TM, alma, étcsokoládé
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, príliminos túrókrém, zsemle	Tea, lagy túrókrém, darált príliminos felvágott, félbarna	Tea, príliminos felvágott, margarin, zsemle	Tea, príliminos felvágott 2 sz, margarin, zsemle	Tea, príliminos felvágott 2 sz, margarin, zsemle
Szerda 14	Reggeli	Tea, csabai felvágott, margarin, zsemle	Tea, csabai felvágott krém, félbarna kenyér	Tea, csabai felvágott, margarin, zsemle	Tea, csabai felvágott 2 sz, margarin, zsemle	Tea, csabai felvágott 2 sz, margarin, zsemle
	Tízórai	Mini májas, zsemle	Natúr joghurt, félbarna kenyér	Mini májas, zsemle	Natúr joghurt, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Ebéd	Almaleves diab, rakott karfiol, túró rudi diab, mandarin	Almaleves diab, rakott brokkoli, túró rudi diab, körtebefőtt diab	Almaleves diab TM, rakott karfiol TM, zabrudi, mandarin	Almaleves diab TM, rakott karfiol TM, zabrudi, mandarin	Almaleves diab TM, rakott karfiol TM, zabrudi, mandarin
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	Tea, sült karfiolos rizskása reszelt sajttal	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	Tea, olasz felvágott 2 sz, margarin, zsemle	Tea, olasz felvágott 2 sz, margarin, zsemle
Csütörtök 15	Reggeli	Tea, rakott nyelv, margarin, savanyúkáposzta, zsemle	Tea, kefir, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, savanyúkáposzta, zsemle	Tea, baromfi párizsi 2 sz, margarin, zsemle	Tea, baromfi párizsi 2 sz, margarin, zsemle
	Tízórai	Baromfi párizsi, zsemle	Baromfi párizsiskrém, félbarna kenyér	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle
	Ebéd	Kertészleves, csibefásirt, zelleres burgonyapüré 1/2, csalamádé, gyümölcslé	Kertészleves, csibefásirt, zelleres burgonyapüré 1/2, cékla, gyümölcslé	Kertészleves, csibefásirt, zelleres burgonyapüré TM 1/2, csalamádé, gyümölcslé	Kertészleves, csibefásirt, zelleres burgonyapüré TM 1/2, csalamádé, gyümölcslé	Kertészleves, csibefásirt, zelleres burgonyapüré TM 1/2, csalamádé, gyümölcslé
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, kolbászkarika, margarin, kigyóuborka, zsemle	Tea, almás-fahéjas zabkása diab	Tea, kolbászkarika, margarin, kigyóuborka, zsemle	Tea, bécsi felvágott 2 sz, margarin, kigyóuborka, zsemle	Tea, bécsi felvágott 2 sz, margarin, kigyóuborka, zsemle
Péntek 16	Reggeli	Tea, ausztria szalámi, margarin, paradicsom, zsemle	Tea, tejföl 2dl, darált pulykamell sonka, félbarna kenyér	Tea, ausztria szalámi, margarin, paradicsom, zsemle	Tea, pulykamell sonka 2 sz, margarin, zsemle	Tea, pulykamell sonka 2 sz, margarin, zsemle
	Tízórai	Pulykamell sonka, zsemle	Diab,jam, félbarna kenyér	Pulykamell sonka, zsemle	Natúr joghurt, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Ebéd	Őszibarack krémleves diab, jóasszony ragu, párolt rizs 1/2, körtebefőtt diab	Őszibarack krémleves diab, cukkinis-csirkés ragu, rizspép 1/2, körtebefőtt diab	Őszibarack krémleves TM diab, cukkinis-csirkés ragu TM, párolt rizs 1/2, körtebefőtt diab	Őszibarack krémleves TM diab, cukkinis-csirkés ragu TM, párolt rizs 1/2, körtebefőtt diab	Őszibarack krémleves TM diab, cukkinis-csirkés ragu TM, párolt rizs 1/2, körtebefőtt diab
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, párizsi felvágott, margarin, zsemle	Tea, házi kekszes puding diab	Tea, párizsi felvágott, margarin, zsemle	Tea, párizsi felvágott 2 sz, margarin, zsemle	Tea, párizsi felvágott 2 sz, margarin, zsemle
Szombat 17	Reggeli	Tea, hamé pástétom, kigyóuborka, zsemle	Tea, natúr joghurt, darált pulykasonka, félbarna kenyér	Tea, hamé pástétom, kigyóuborka, zsemle	Tea, pulykasonka 2 sz, margarin, kigyóuborka, zsemle	Tea, pulykasonka 2 sz, margarin, kigyóuborka, zsemle
	Tízórai	Natúr joghurt, zsemle	Hamé pástétom, félbarna kenyér	Pulykasonka, zsemle	Natúr joghurt, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Ebéd	Hamis gulyás, zöldfűszeres csirkeragu, orsótészta 1/2, kivi	Hamis gulyás, zöldfűszeres csirkeragu, zöldborsófőzelék, kivi	Hamis gulyás, zöldfűszeres csirkeragu TM, orsótészta 1/2, kivi	Hamis gulyás, zöldfűszeres csirkeragu TM, orsótészta 1/2, kivi	Hamis gulyás, zöldfűszeres csirkeragu TM, orsótészta 1/2, kivi
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, vadász felvágott, margarin, kápia paprika 1/2, zsemle	Tea, sült pulykás-zöldses zabkása	Tea, vadász felvágott, margarin, kápia paprika 1/2, zsemle	Tea, marha párizsi 2 sz, margarin, kápia paprika 1/2, zsemle	Tea, marha párizsi 2 sz, margarin, kápia paprika 1/2, zsemle
Vasárnap 18	Reggeli	Tea, csülök sonka, margarin, jégretek, zsemle	Tea, kefir, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, csülök sonka, margarin, jégretek, zsemle	Tea, zala felvágott 2 sz, margarin, jégretek, zsemle	Tea, zala felvágott 2 sz, margarin, jégretek, zsemle
	Tízórai	Kockasajt, zsemle	Kockasajt, félbarna kenyér	Zala felvágott, zsemle	Kefir, zsemle	Kefir, zsemle
	Ebéd	Csontleves, disznótoros, petrezselymes burgonya 1/2, gyöngyhagyma, narancs	Csontleves, pulykasült, főtt burgonya 1/2, cékla, őszibarack befőtt diab	Csontleves, disznótoros, petrezselymes burgonya 1/2, gyöngyhagyma, narancs	Magyaros karalábéleves, pulykasült, petrezselymes burgonya 1/2, cékla, narancs	Magyaros karalábéleves, pulykasült, petrezselymes burgonya 1/2, cékla, narancs
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, löncs felvágott, margarin, zsemle	Tea, löncskrém, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, zsemle	Tea, löncs felvágott 2 sz, margarin, zsemle	Tea, löncs felvágott 2 sz, margarin, zsemle
Vasárnap 18	Uzsonna	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, félbarna kenyér	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle
	Uzsonna	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, félbarna kenyér	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle

Készítette: Kicsi Mariann Diabetikus | Árky Tamás Könyvtáros

Készítette: Csorányi Éva Vezető árnok