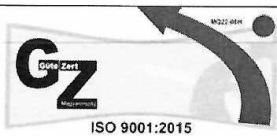
	Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona 1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.	
---	--	---

ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

25. hét

2024. június 17-től 2024. június 23-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 17	Citromos tea Virslis croissant Gyümölcs joghurt	Vaníliás tej	Faluházi csontleves Sült pulykamell egres mártással Párolt rizszel	Görögdinnye	Citromos tea Marha párizsi 3 szelet, kockasajt Paradicsom ½, félbarna kenyér
Kedd 18	Citromos tea Csabai felvágott 3 szelet, margarin Kigyóuborka, tk kifli	Tej	Jókai bableves Krumplis tészta Csemege uborka	Meggy	Citromos tea Körözött, zöldpaprika ½ Félbarna kenyér
Szerda 19	Citromos tea Téliszalámi 4 szelet, margarin Kigyóuborka, korpás zsemle	Tej	Hamis gulyásleves Lecsós sertés szelet tarhonyával	Sárgadinnye	Citromos tea Löncs felvágott 3 szelet, margarin Póréhagyma, félbarna kenyér
Csütörtök 20	Limondadé Hame pástétom, paradicsom ½ Sajtos stangli	Poharas tej	Üdítő 2 dl Zöldség pástétom, lángolt kolbász Félbarna kenyér	Banán	Poharas kakaó Miniméz, minijam, margarin Puffancs
Péntek 21	Citromos tea Főtt krinolin, ketchup Mini baguette	Tej	Legényfogó leves Vadas marharagu spagetti tésztával	Szilva	Citromos tea Tepertő, zöldpaprika ½ Félbarna kenyér
Szombat 22	Citromos tea Zala felvágott 3 szelet, margarin Lilahagyma, félbarna kenyér	Tej	Zöldségleves kiskocka tésztával Kelkáposztafőzelék sült dagadóval	Dörmi	Citromos tea Csülök sonka 3 szelet, margarin Kigyóuborka, félbarna kenyér
Vasárnap 23	Citromos tea Bécsikrém, paradicsom ½ Félbarna kenyér	Tej	Sertés raguleves Túrós csusza szalonna pürccel	Sport szelet	Citromos tea Fokhagymás felvágott 3 szelet Tömös sajt, félbarna kenyér

Készítette: Árky Tamás Konyhafőnök
Kiss Mariann Dietetikus

Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!





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



25. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND I.

2024. június 17.-2024. június 23.

Nap		Normál "D"	Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend
Hétfő 17	Reggeli	Tea, gyümölcsjoghurt, gofri 2 db	Tea, gofri 2 db, gyümölcsjoghurt	Tea, turista felvágott, margarin, zsemle
	Tízórai	Vanília tej	Vanília tej	
	Ebéd	Faluházi csontleves, sült pulykamell, almamártás, párolt rizs	Faluházi csontleves, sült pulykamell, almamártás, párolt rizs	Faluházi csontleves, sült pulykamell, egres mártás diab, párolt rizs 1/2, alma
	Uzsonna	Görögdinnye kocka	Görögdinnye	
	Vacsora	Tea, marha párizsi, kockasajt, paradicsom szelet, félbarna k.	Tea, marha párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, paradicsom 1/2, zsemle
Kedd 18	Reggeli	Tea, csabai felvágott, margarin, kígyóborka, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, tk kifli	Tea, csabai felvágott, margarin, kígyóborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Jókai bableves, krumplis tészta, csemege uborka karika	Pulykaragu leves, sült virsli, paprikás burgonya diétás, cékla	Pulykaragu leves, sült virsli, paprikás burgonya 1/2, csemege uborka, meggy
	Uzsonna	Körtebefőtt	Körtebefőtt	
	Vacsora	Tea, körözött, félbarna kenyér	Tea, túrókrém, félbarna kenyér	Tea, körözött, zöldpaprika 1/2, zsemle
Szerda 19	Reggeli	Tea, téliszalámi, margarin, kígyóborka, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, korpás zsemle	Tea, téliszalámi, margarin, kígyóborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Kertészleves, lecsós sertés szelet, törtburgonya	Hamis gulyásleves diétás, csirkeragu, tarhonya	Hamis gulyásleves, lecsós sertés szelet, tarhonya 1/2, üdítő
	Uzsonna	Sárgadinnye kocka	Sárgadinnye	
	Vacsora	Tea, löncs felvágott, margarin, póréhagyma, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, póréhagyma, zsemle
Csütörtök 20	Reggeli	Limonádé, hame pástétom, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Limonádé, hame pástétom, sajtos stangli	Limonádé, hame pástétom, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Poharas tej	Poharas tej	
	Ebéd	Üdítő, zöldség pástétom, lángolt kolbász, félbarna kenyér	Üdítő, zöldség pástétom, csirkemell sonka, félbarna kenyér	Üdítő, zöldség pástétom, lángolt kolbász, zsemle, étcsokoládé
	Uzsonna	Banán	Banán	
	Vacsora	Poharas kakaó, miniméz, minijam, margarin, puffancs	Poharas kakaó, miniméz, minijam, margarin, puffancs	Üdítő, tonhal konzerv, margarin, zsemle
Péntek 21	Reggeli	Tea, főtt krinolin, ketchup, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, mini baguette	Tea, főtt krinolin, mustár, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Legényfogó leves, vadas marharagu, spagetti tészta	Legényfogó leves csirkéből, zöldséges marharagu, spagetti tészta	Legényfogó leves, zöldséges marharagu, spagetti tészta 1/2, almabefőtt diab
	Uzsonna	Almabefőtt	Almabefőtt	
	Vacsora	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, tepertő, zöldpaprika 1/2, zsemle
Szombat 22	Reggeli	Tea, zala felvágott, margarin, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, lilahagyma, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Zöldségleves, natúr csirkemell, kelkáposztafőzelék	Zöldségleves, natúr csirkemell, zöldborsópüréfőzelék	Zöldségleves, sült dagadó, kelkáposztafőzelék, túró rudi diab
	Uzsonna	Dörmi	Dörmi	
	Vacsora	Tea, csülök sonka, margarin, kígyóborka, félbarna kenyér	Tea, rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, csülök sonka, margarin, kígyóborka, zsemle
Vasárnap 23	Reggeli	Tea, bécsikrém, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, bécsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, bécsikrém, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Sertés raguleves, őszibarack felfújt	Sertés raguleves, túrós csusza	Sertés raguleves, őszibarack felfújt diab, üdítő
	Uzsonna	Sport szelet	Üdítő	
	Vacsora	Tea, pulykasonka, tömlős sajt, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, zsemle

Készítette: Kiss Mariann Diétetikus Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: ellemz@kamerdo.hu



Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

CM

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.05.27.



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



25. hét

ETLAP - DIETÁS ÉTREND II.

2024. június 17.-2024. június 23.

Nap		Pépes (spec pépes)	Cukros-pépes	Tejmentes pépes
Hétfő 17	Reggeli	Tea, gyümölcsjoghurt, gofri 2 db	Tea, turistakrém, félbarna kenyér	Tea, turistakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Vaníliás tej		Növényi tej
	Ebéd	Faluházi csontleves, sült pulykamell, almamártás, rizs pép	Faluházi csontleves, sült pulykamell, almamártás diab, rizs pép 1/2, reszelt alma	Faluházi csontleves, sült pulykamell, almamártás TM, rizs pép
	Uzsonna	Görögdinnye pép		Görögdinnye pép
Kedd 18	Vacsora	Tea, zöldség püré, darált marha párizsi, kockasajt, félbarna k.	Tea, zöldség püré, darált marha párizsi, félbarna k.	Tea, zöldség püré TM, darált marha párizsi, félbarna k.
	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, tejföl 2dl, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, olaszkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Pulykaragu leves, sült virsli, paprikás burgonya, cékla	Pulykaragu leves, sült virsli, paprikás burgonya 1/2, cékla, körtebefőtt diab	Pulykaragu leves, sült virsli, paprikás burgonya, cékla
Szerda 19	Uzsonna	Körtebefőtt		Körtebefőtt
	Vacsora	Tea, lágy túrókrém, darált pritaminos felvágott, félbarna kenyér	Tea, lágy túrókrém, darált pritaminos felvágott, félbarna kenyér	Tea, pritaminos felvágott krém, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, kefir, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér	Tea, kefir, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
Csütörtök 20	Ebéd	Kertészleves, csirkeragu, törtburgonya	Kertészleves, csirkeragu, törtburgonya 1/2, üdítő	Kertészleves, csirkeragu TM, törtburgonya
	Uzsonna	Sárgadinnye pép		Sárgadinnye pép
	Vacsora	Tea, karfiol püré, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré TM, darált gépsonka, félbarna kenyér
	Reggeli	Limonádé, hame pástétom, natúr joghurt, félbarna kenyér	Limonádé, hame pástétom, natúr joghurt, félbarna kenyér	Limonádé, hame pástétom, félbarna kenyér
Péntek 21	Tízórai	Poharas tej		Növényi tej
	Ebéd	Üdítő, zöldség pástétom, darált csirkemell sonka, kefir, félbarna kenyér	Üdítő, zöldség pástétom, darált csirkemell sonka, kefir, félbarna kenyér, étcsokoládé	Üdítő, zöldség pástétom, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér
	Uzsonna	Banán		Banán
	Vacsora	Poharas kakaó, miiméz, minijam, margarin, puffancs	Üdítő, tonhal konzerv, natúr joghurt, félbarna kenyér	Üdítő, tonhal konzerv, félbarna kenyér
Szombat 22	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált krinolin, félbarna kenyér	Tea, tejföl 2dl, darált krinolin, félbarna kenyér	Tea, krinolinkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Legényfogó leves csirke, zöldséges marharagu, burgonyapüré	Legényfogó leves csirkéből, zöldséges marharagu, burgonyapüré 1/2, almabefőtt diab	Legényfogó leves csirkéből TM, zöldséges marharagu TM, burgonyapüré TM
	Uzsonna	Almabefőtt		Almabefőtt
Vasárnap 23	Vacsora	Tea, fehérrépa püré, darált párizsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, fehérrépa püré, darált párizsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, fehérrépa püré, darált párizsi felvágott, félbarna kenyér
	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	Zöldségleves, natúr csirkemell, zöldborsópüréfőzelék	Zöldségleves, natúr csirkemell, zöldborsópüréfőzelék, túró rudi diab	Zöldségleves, natúr csirkemell, zöldborsópüréfőzelék TM
	Uzsonna	Dörmi		Étcsokoládé
	Vacsora	Tea, sárgarépa püré, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, sárgarépa püré, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, sárgarépa püré, darált csülök sonka, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, kefir, darált bécsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, kefir, darált bécsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Sertés raguleves, őszibarack felfújt	Sertés raguleves, őszibarack felfújt diab, üdítő	Sertés raguleves, őszibarack felfújt TM
	Uzsonna	Üdítő		Üdítő
	Vacsora	Tea, brokkoli püré, darált pulykasonka, tömlős sajt, félbarna k.	Tea, brokkoli püré, darált pulykasonka, tömlős sajt, félbarna k.	Tea, brokkoli püré, darált pulykasonka, félbarna k.

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Árkó Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

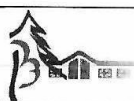
Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elalmaz@kamerdo.hu



Javahagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.05.27.



Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti
Idősek Otthona

1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.



25. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND III.

2024. június 17.-2024. június 23.

Nap		Sertéshús mentes	Tejmentes	Cukros, tejmentes	Vesekímélő, cukorbeteg étrend
Hétfő 17	Reggeli	Tea, gyümölcsjoghurt, gofri 2 db	Tea, turista felv, marg, félbarna kenyér	Tea, turista felv, marg, zsemle	Tea, turista felv 2 sz, marg, zsemle
	Tízórai	Vaníliás tej	Növényi tej		
	Ebéd	Kertészleves, s. pulykamell, egres m., párolt rizs	Faluházi csontleves, s.pulykamell, almamártás TM, párolt rizs	Faluházi csontleves, s.pulykamell, almamártás TM, párolt rizs 1/2, alma	Kertészleves, s. pulykamell, almamártás diab TM, párolt rizs 1/2, alma
	Uzsonna	Görögdinnye	Görögdinnye		
	Vacsora	Tea, kockasajt 2 db, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, marha p., marg, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, marha p., marg, parad. 1/2, zsemle	Tea, marha p. 2 sz, marg, zsemle
Kedd 18	Reggeli	Tea, főtt tojás 2 db, marg, kigyóub, tk kifli	Tea, csabai felv, marg, kigyóub, félbarna kenyér	Tea, csabai felv, marg, kigyóub, zsemle	Tea, főtt tojás 1 db, marg, kigyóub, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Pulykaragu leves, krumpis tészta, csem.uborka	Pulykaragu leves, krumpis tészta, csem.uborka	Pulykaragu leves, sült virsli, paprikás burgonya 1/2, csem.uborka, meggy	Pulykaragu leves, sült virsli, paprikás burgonya 1/2, cékla, meggy
	Uzsonna	Meggy	Meggy		
	Vacsora	Tea, körözött, z.papr. 1/2, félbarna kenyér	Tea, pritamínos felv, marg, z.papr. 1/2, félbarna	Tea, pritamínos felv, marg, z.papr. 1/2,	Tea, pritamínos felv 2 sz, marg, z.papr. 1/2,
Szerda 19	Reggeli	Tea, baromfi p., marg, kigyóub, korpás zsemle	Tea, téliszalámi, marg, kigyóub, korpás zsemle	Tea, téliszalámi, marg, kigyóub, zsemle	Tea, baromfi p. 2 sz, marg, kigyóub, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Hamis gulyás, lecsós csirke, tarhonya	Hamis gulyás, lecsós sertés szelet, tarhonya	Hamis gulyás, lecsós sertés szelet, tarhonya 1/2, üdítő	Hamis gulyás, csirkeragu TM, tarhonya 1/2, üdítő
	Uzsonna	Sárgadinnye	Sárgadinnye		
	Vacsora	Tea, tömlős sajt, póréhagyma, félbarna kenyér	Tea, löncs felv, marg, póréh., félbarna kenyér	Tea, löncs felv, marg, póréh., zsemle	Tea, gépsonka 2 sz, marg, póréh, zsemle
Csütörtök 20	Reggeli	Limon., tonhal konz, marg., parad 1/2, sajtos st.	Limon., hame pást, parad. 1/2, félbarna kenyér	Limon., hame pást, parad. 1/2, zsemle	Limon., hame pástétom, zsemle
	Tízórai	Poharas tej	Növényi tej		
	Ebéd	Üdítő, zöldség pástétom, csirkemell sonka, félbarna kenyér	Üdítő, zöldség pástétom, lángolt kolbász, félbarna kenyér	Üdítő, zöldség pástétom, lángolt kolbász, zsemle, étcsokoládé	Üdítő, csirkemell sonka, margarin, zsemle, étcsokoládé
	Uzsonna	Banán	Banán		
	Vacsora	Poharas kakaó, miniméz, minijam, marg., puffancs	Üdítő, tonhal konzerv, margarin, félbarna kenyér	Üdítő, tonhal konzerv, margarin, zsemle	Üdítő, zöldség pástétom, zsemle
Péntek 21	Reggeli	Tea, tükörtőjás, margarin, mini baguette	Tea, főtt krinolin, ketchup, félbarna kenyér	Tea, főtt krinolin, mustár, zsemle	Tea, tükörtőjás, margarin, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Legényfogyó leves csirke, vadas marhar., spagetti	Legényfogyó leves TM, zöldsésmarharagu TM, spag	Legényfogyó leves TM, zöldséges marharagu TM, spagetti tészta 1/2, almabefőtt diab	Legényfogyó leves TM, zöldséges marharagu TM, spagetti tészta 1/2, almabefőtt diab
	Uzsonna	Szilva	Szilva		
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, marg, z.papr. 1/2, félbarna	Tea, tepertő, z.papr. 1/2, félbarna kenyér	Tea, tepertő, z.papr. 1/2, zsemle	Tea, párizsi felv 2 sz, marg, z.papr. 1/2, zsemle
Szombat 22	Reggeli	Tea, natúr jogh, minijam, miniméz, marg, félbarna k	Tea, zala felv, marg, lilahagyma, félbarna k.	Tea, zala felv, marg, lilahagyma, zsemle	Tea, zala felv 2 sz, marg, lilahagyma, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Zöldségleves, natúr csirkemell, kelkáp.főzelék	Zöldségleves, sült dagadó, kelkáp.főzelék	Zöldségleves, sült dagadó, kelkáp.főzelék, étcsokoládé	Zöldségleves, natúr csirkemell, zöldborsópürefőzelék TM, étcsokoládé
	Uzsonna	Dömi	Étcsokoládé		
	Vacsora	Tea, zöldségkrém, kigyóuborka, félbarna kenyér	Tea, csülök sonka, marg, kigyóub, félbarna k.	Tea, csülök sonka, marg, kigyóub, zsemle	Tea, rakott nyelv 2 sz, marg, kigyóub, zsemle
Vasárnap 23	Reggeli	Tea, szardíniakrém, parad.1/2, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, szardíniakrém, parad. 1/2, zsemle	Tea, bécsikrém, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Csirkeragu leves, túrós csusza	Sertés raguleves, őszibarack felfújt TM	Sertés raguleves, őszibarack felfújt TM diab, üdítő	Sertés raguleves, őszibarack felfújt TM diab, üdítő
	Uzsonna	Sport szelet	Üdítő		
	Vacsora	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, marg, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, marg, zsemle	Tea, pulykasonka 2 sz, marg, zsemle

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

CS

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.05.27.