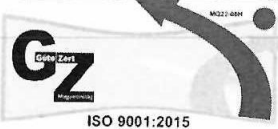
	Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona 1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.	 ISO 9001:2015
---	--	--

ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

26. hét

2024. június 24-től 2024. június 30-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 24	Citromos tea Marha párizsi 3 szelet, margarin Kígyóborka, sajtos stangli	Tej	Májgaluska leves Bakonyi pulykaragu főtt burgonyával	Banán	Citromos tea Löncs felvágott 3 szelet, margarin Póréhagyma, félbarna kenyér
Kedd 25	Citromos tea Főtt virsli, mustár Tk kifli	Tej	Citromos kertileves Finomfőzelék sertés sülttel	Sárgabarack	Citromos tea Baromfi párizsi 3 szelet, kockasajt Félbarna kenyér
Szerda 26	Citromos tea Paprikás vastagkolbász 4 szelet Margarin, korpás zsemle	Tej	Csirkeragu leves Rántott karaj Majonézes burgonyasalátával	Görögdinnye	Citromos tea Füstölt sajtos sajtkrém Paradicsom ½, félbarna kenyér
Csütörtök 27	Citromos tea, vaníliás tej Csokoládés croissant	Réteges joghurt	Újházi tyúkhúsleves Lecsó sült debrecenivel, párolt rizszel	Üdítő	Citromos tea Sertés rakott nyelv 3 szelet, margarin Kígyóborka, félbarna kenyér
Péntek 28	Citromos tea Pritaminos túrókrém, paradicsom ½ Napraforgómagos zsemle	Tej	Magyaros karfiolleves Paprikás csirke szarvacska tésztával Csemege uborka	Jégkrém	Citromos tea Párizsi felvágott 3 szelet, margarin Lilahagyma, félbarna kenyér
Szombat 29	Citromos tea Zala felvágott 3 szelet, tömlős sajt Zöldpaprika ½, félbarna kenyér	Tej	Tárkonyos pulykaragu leves Bazsalikomos sült csirkemell Franciasalátával	Őszibarack	Citromos tea Csirkemell sonka 3 szelet, margarin Natúr joghurt, félbarna kenyér
Vasárnap 30	Citromos tea Kenőmájas Paradicsom ½ Félbarna kenyér	Tej	Francia hagymakrémléves leves- gyönggyel Sertés pörkölt tarhonyával Kovásszos uborka	Sport szelet	Citromos tea Sült kolbász Csalamádé Félbarna kenyér

Készítette: Árky Tamás Konyhafőnök
Kiss Mariann Dietetikus

Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!



Készítette: Árky Tamás
Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.06.05.



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



26. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND I.

2024. június 24.-2024. június 30.

Nap		Normál "D"	Epekímélő - rost-, zsírszegény	Cukorbeteg étrend
Hétfő 24	Reggeli	Tea, marha párizsi, margarin, kigyóborka, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, sajtos stangli	Tea, marha párizsi, margarin, kigyóborka, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Májgaluska leves, bakonyi pulykaragu, főtt burgonya	Májgaluska leves, pulykaragu, főtt burgonya	Májgaluska leves, bakonyi pulykaragu, főtt burgonya 1/2, alma
	Uzsonna	Banán pép	Banán	
	Vacsora	Tea, löncs felvágott, margarin, póréhagyma, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, póréhagyma, zsemle
Kedd 25	Reggeli	Tea, főtt virsli, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt virsli, mustár, tk kifli	Tea, főtt virsli, mustár, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Citromos kertileves, sertés sült, finomfőzelék	Citromos kertileves, natúr csirkemell, finomfőzelékpüré	Citromos kertileves, sertés sült, finomfőzelék, sárgabarack
	Uzsonna	Körtebefőtt	Sárgabarack	
	Vacsora	Tea, baromfi párizsi, kockasajt, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, zsemle
Szerda 26	Reggeli	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, paprikás vastagkolbász, margarin, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Csirkeraгу leves, sült karaj, majonézes burgonyasaláta	Csirkeraгу leves diétás, sült karaj, joghurtos burgonyasaláta	Csirkeraгу leves, sült karaj, joghurtos burgonyasaláta 1/2, étcsokoládé
	Uzsonna	Görögdinnye kocka	Görögdinnye	
	Vacsora	Tea, füstölt sajtos sajtkrém, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, füstölt sajtos sajtkrém, paradicsom 1/2, zsemle
Csütörtök 27	Reggeli	Tea, vaníliás tej, gófri 2 db	Tea, vaníliás tej, csokoládés croissant	Tea, turista felvágott, margarin, zsemle
	Tízórai	Réteges joghurt	Réteges jogurt	
	Ebéd	Újházi tyúkhúsleves, lecsó, sült csirkemell, párolt rizs	Újházi tyúkhúsleves, zöldfűszeres csirketokány, párolt rizs	Újházi tyúkhúsleves, lecsó, sült debreceni, párolt rizs 1/2, üdítő
	Uzsonna	Üdítő	Üdítő	
	Vacsora	Tea, rakott nyelv, margarin, kigyóborka, félbarna kenyér	Tea, rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, rakott nyelv, margarin, kigyóborka, zsemle
Péntek 28	Reggeli	Tea, túrókrém, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, túrókrém, félbarna kenyér	Tea, pritaminos túrókrém, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Magyaros karfiolleves, paprikás csirke, szarvacska tészta, csemege uborka karika	Kertészleves, csirkepörkölt diétás, szarvacska tészta, cékla	Magyaros karfiolleves, paprikás csirke, szarvacska tészta 1/2, csemege uborka, diabetikus ostyá
	Uzsonna	Jégkrém	Jégkrém	
	Vacsora	Tea, párizsi felvágott, margarin, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, lilahagyma, zsemle
Szombat 29	Reggeli	Tea, zala felvágott, tömlős sajt, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, zöldpaprika 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Tárkonyos pulykaragu leves, bazs.sült csirkemell, franciasaláta	Tárk. pulykaragu leves, bazs.sült csirkemell, parajfőzelék diétás	Tárkonyos pulykaragu leves, bazsalikomos sült csirkemell, franciasaláta, őszibarack
	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Őszibarack	
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, natúr jogurt, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, natúr jogurt, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, zsemle
Vasárnap 30	Reggeli	Tea, kenőmájás, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, kenőmájás, félbarna kenyér	Tea, kenőmájás, paradicsom 1/2, zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	
	Ebéd	Francia hagymakrémleves, sertés pörkölt, tört burgonya, kovászos uborka karika	Brokkoli krémleves, sertés pörkölt diétás, tarhonya	Francia hagymakrémleves, sertés pörkölt, tarhonya 1/2, kovászos uborka, túró rudi diab
	Uzsonna	Sport szelet	Dörmi	
	Vacsora	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, sült kolbász, csalamádé, zsemle

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus / Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elmez@kamerdo.hu



Áhagya: Csatai Réka Vezető ápoló

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.06.05.



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



26. hét ETLAP - DIÉTÁS ETREND II. 2024. június 24.-2024. június 30.

Nap		Pépes (spec pépes)	Cukros-pépes	Tejmentes pépes
Hétfő 24	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált marha párizsi, félbarna kenyér	Tea, tejföl 2dl, darált marha párizsi, félbarna kenyér	Tea, marha párizsikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Májgaluska leves, pulykaragu, főtt burgonya	Májgaluska leves, pulykaragu, főtt burgonya 1/2, reszelt alma	Májgaluska leves, pulykaragu, főtt burgonya
	Uzsonna	Banán pép		Banán pép
Kedd 25	Vacsora	Tea, sárgarépa püré, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, sárgarépa püré, darált olasz felvágott, félbarna kenyér	Tea, sárgarépa püré, darált olasz felvágott, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált főtt virsli, félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, darált főtt virsli, félbarna kenyér	Tea, virslikrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Citromos kertileves, natúr csirkemell, finomfőzelékpüré	Citromos kertileves, natúr csirkemell, finomfőzelékpüré, körtebefőtt	Citromos kertileves, natúr csirkemell, finomfőzelékpüré TM
Szerda 26	Uzsonna	Körtebefőtt		Körtebefőtt
	Vacsora	Tea, zellerpüré, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér	Tea, zellerpüré, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér	Tea, zellerpüré TM, darált baromfi párizsi, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, kolbászkrém, félbarna kenyér	Tea, kolbászkrém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
Csütörtök 27	Ebéd	Csirkeraгу leves, sült karaj, joghurtos burgonyasaláta	Csirkeraгу leves, sült karaj, joghurtos burgonyasaláta 1/2, étcsokoládé	Csirkeraгу leves, sült karaj, burgonyasaláta
	Uzsonna	Görögdinnye pép		Görögdinnye pép
	Vacsora	Tea, karfiol püré, füstölt sajtos sajtkrém, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré, füstölt sajtos sajtkrém, félbarna kenyér	Tea, karfiol püré TM, darált gépsonka, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, vaniliás tej, gofri 2 db	Tea, turistakrém, félbarna kenyér	Tea, turistakrém, félbarna kenyér
Péntek 28	Tízórai	Réteges joghurt		Növényi tej
	Ebéd	Újházi tyúkhúsleves, zöldfűszeres csirketokány, rizspép	Újházi tyúkhúsleves, zöldfűszeres csirketokány, rizspép 1/2, üdítő	Újházi tyúkhúsleves, zöldfűszeres csirketokány TM, rizspép
	Uzsonna	Üdítő		Üdítő
	Vacsora	Tea, fehérrépa püré, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, fehérrépa püré, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, fehérrépa püré, tonhalkrém, félbarna kenyér
Szombat 29	Reggeli	Tea, túrókrém, darált pritamínos felvágott, félbarna kenyér	Tea, túrókrém, darált pritamínos felvágott, félbarna kenyér	Tea, pritamínos felvágott krém, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Kertészleves, csirkepörkölt, burgonyapüré, cékla	Kertészleves, csirkepörkölt, burgonyapüré 1/2, cékla, étcsokoládé	Kertészleves, csirkepörkölt, burgonyapüré TM, cékla
	Uzsonna	Jégkrém		Étcsokoládé
Vasárnap 30	Vacsora	Tea, zöldség püré, darált párizsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, zöldség püré, darált párizsi felvágott, félbarna kenyér	Tea, zöldség püré TM, darált párizsi felvágott, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, karalábé püré, darált zala felvágott, tömlős sajt, félbarna k	Tea, karalábé püré, darált zala felvágott, félbarna k.	Tea, karalábé püré TM, darált zala felvágott, félbarna k.
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Tárkonyos pulykaragu leves, bazs. csirkemell, parajfőzelék	Tárkonyos pulykaragu leves, bazs. csirkemell, parajfőzelék, őszibarack befőtt diab	Tárkonyos pulykaragu leves TM, bazs. csirkemell, parajfőzelék TM
	Uzsonna	Őszibarack befőtt		Őszibarack befőtt
	Vacsora	Tea, natúr joghurt, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, darált csirkemell sonka, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonkakrém, félbarna kenyér
	Reggeli	Tea, kefir, kenőmájás, félbarna kenyér	Tea, kefir, kenőmájás, félbarna kenyér	Tea, kenőmájás, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej		Növényi tej
	Ebéd	Brokkoli krémleves, sertés pörkölt, tört burgonya, cékla	Brokkoli krémleves, sertés pörkölt, tört burgonya 1/2, cékla, túró rudi diab	Brokkoli krémleves TM, sertés pörkölt, tört burgonya, cékla
	Uzsonna	Dörmi		Üdítő
	Vacsora	Tea, natúr joghurt, darált pulykasonka, félbarna kenyér	Tea, natúr joghurt, darált pulykasonka, félbarna kenyér	Tea, pulykasonkakrém, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Árky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu



Jóváhagyta, Csizai Réka Vezető ápoló

CS

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.06.05.



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



26. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND III.

2024. június 24.-2024. június 30.

Nap		Sertéshús mentes	Tejmentes	Cukros, tejmentes	Vesekímélő, cukorbeteg étrend
Hétfő 24	Reggeli	Tea, kockasajt 2 db, kigýóub, sajtos stangli	Tea, marha p., marg, kigýóub, félbarna kenyér	Tea, marha p., marg, kigýóub, zsemle	Tea, marha p. 2 sz, marg, kigýóub, zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej		
	Ebéd	Májgaluska leves, pulykaragu, főtt burgonya	Májgaluska leves, pulykaragu, főtt burgonya	Májgaluska leves, pulykaragu, főtt burgonya 1/2, alma	Zöldségleves, pulykaragu, főtt burgonya 1/2, alma
	Uzsonna	Banán	Banán		
Kedd 25	Reggeli	Tea, szardíniakrém, póréh., félbarna kenyér	Tea, löncs felv, marg, póréh., félbarna kenyér	Tea, löncs felv, marg, póréh., zsemle	Tea, olasz felv 2 sz, marg, póréh, zsemle
	Tízórai	Tea, főtt tojás 2 db, marg, tk kifli	Tea, főtt virsli, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt virsli, mustár, zsemle	Tea, főtt tojás 1 db, marg, zsemle
	Ebéd	Citr. kertileves, natúr cs.mell, finomfőzelék	Citr. kertileves, sertés sült, finomfőzelék TM	Citr. kertileves, sertés sült, finomfőzelék TM, sárgabarack	Citr. kertileves, natúr cs.mell, finomfőzelékpüré TM, sárgabarack
	Uzsonna	Sárgabarack	Sárgabarack		
Szerda 26	Reggeli	Tea, baromfi párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, zsemle	Tea, baromfi párizsi 2 sz, margarin, zsemle
	Tízórai	Tea, kakaós-banános zabkása	Tea, papr.vk, marg, korpás zsemle	Tea, papr.vk, marg, zsemle	Tea, zöldségkrém, zsemle
	Ebéd	Csirkeragu leves, halrúd, majonézes burg.s.	Csirkeragu leves, sült karaj, burgonyasaláta	Csirkeragu leves, sült karaj, burgonyasaláta 1/2, étcsokoládé	Kertészleves, sült karaj, burgonyasaláta 1/2, étcsokoládé
	Uzsonna	Görögdinnye	Görögdinnye		
Csütörtök 27	Reggeli	Tea, füstölt sajtos sajtkrém, parad. 1/2, félbarna k.	Tea, gépsonka, marg., parad. 1/2, félbarna k.	Tea, gépsonka, marg., parad. 1/2, zsemle	Tea, gépsonka 2 sz, marg., zsemle
	Tízórai	Tea, van.tej, csokoládés croissant	Tea, turista felv, marg, félbarna kenyér	Tea, turista felv, marg, zsemle	Tea, turista felv 2 sz, marg, zsemle
	Ebéd	Rétege joghurt	Növényi tej	Újházi tyúkhúsleves, lecsó, debreceni, párolt rizs 12, üdítő	Újházi tyúkhúsleves, lecsó, s. cs.mell, párolt rizs
	Uzsonna	Újházi tyúkhúsleves, lecsó, s. cs.mell, párolt rizs	Újházi tyúkhúsleves, lecsó, debreceni, párolt rizs	Údító	Údító
Péntek 28	Reggeli	Tea, tonhalkrém, kigýóub., félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, kigýóub., félbarna kenyér	Tea, tonhalkrém, kigýóub., zsemle	Tea, tonhalkrém, kigýóub, zsemle
	Tízórai	Tea, prítaminos túrókrém, parad. 1/2, napr.zsemle	Tea, prítaminos felv, marg, parad. 1/2, napr.zs.	Tea, prítaminos felv, marg, parad. 1/2,	Tea, prítaminos felv 2 sz, marg, zsemle
	Ebéd	Magy. karfiolleves, papr.csirke, szarvacska, csem.uborka	Magy. karfiolleves, csirkepörkölt, szarvacska, csem.uborka	Magy. karfiolleves, csirkepörkölt, szarvacska 1/2, csem.uborka, étcsokoládé	Magy. karfiolleves, csirkepörkölt, szarvacska 1/2, cékla, diabetikus ostya
	Uzsonna	Jégkrém	Étcsokoládé		
Szombat 29	Reggeli	Tea, tükörtójas, marg, lilahagyma, félbarna kenyér	Tea, párizsi felv, marg, lilah., félbarna kenyér	Tea, párizsi felv, marg, lilah., zsemle	Tea, párizsi felv 2 sz, marg, lilah., zsemle
	Tízórai	Tea, tömlős sajt, z.papr. 1/2, félbarna kenyér	Tea, zala felv, marg, z.papr. 1/2, félbarna kenyér	Tea, zala felv, marg, z.papr. 1/2, zsemle	Tea, zala felv 2 sz, marg, z.papr. 1/2, zsemle
	Ebéd	Tárk.pulykaragu, bsz.csirkemell, franciasaláta	Tárk.pulykaragu TM, bsz.csirkemell, parajf. TM	Tárk.pulykaragu TM, bsz.csirkemell, parajf. TM, őszibarack	Tárk zöldségleves, bsz.csirkemell, parajf. TM, őszibarack
	Uzsonna	Őszibarack	Őszibarack		
Vasárnap 30	Reggeli	Tea, cs.mell sonka, marg., nat.joghurt, félbarna k.	Tea, cs.mell sonka, marg., félbarna k.	Tea, cs.mell sonka, marg., zsemle	Tea, cs.mell sonka 2 sz, marg., zsemle
	Tízórai	Tea, zöldségkrém, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, kenőmájas, parad. 1/2, félbarna kenyér	Tea, kenőmájas, parad. 1/2, zsemle	Tea, zöldségkrém, zsemle
	Ebéd	Fr. hagymakrémleves, pulykapörk., tarhonya, kovászos uborka	Brokkoli krémleves TM, sertés pörkölt, tarhonya, kovászos uborka	Brokkoli krémleves TM, sertés pörkölt, tarhonya 1/2, kovászos uborka, üdítő	Brokkoli krémleves TM, sertés pörkölt, tarhonya 1/2, cékla, üdítő
	Uzsonna	Sport szelet	Üdítő		
		Tea, pulykasonka, marg., csalamádé, félbarna k.	Tea, sült kolbász, csalamádé, félbarna kenyér	Tea, sült kolbász, csalamádé, zsemle	Tea, pulykasonka 2 sz, marg., zsemle

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: ellemez@kamerdo.hu



Jóváhagyta: Csatai Réka Vezető ápoló

Csatai Réka

oldalszám: 1/1
Dátum: 2024.06.05.