



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



ÉTLAP- NORMÁL ÉTREND

37. hét

2026. szeptember 7-től 2026. szeptember 13-ig

Nap	Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Hétfő 7	Citromos tea Gépsonka 3 szelet, tömlős sajt Újhagyma, lenmagos zsemle	Tej	Szegedi gulyásleves Parajos-csirkés lasagne sajttal sütvé Kakaós krémmel töltött ostya	Szilva	Citromos tea Paprikás szalámi 6 szelet, margarin Csalamádé, félbarna kenyér
Kedd 8	Citromos tea Hamé pástétom, kígyóborka Korpás zsemle	Tejes- kávé	Frankfurti leves Túrós-barackos kocka Gyümölcsle	Szőlő	Citromos tea Olasz felvágott 3 szelet, margarin Kefir, félbarna kenyér
Szerda 9	Citromos tea Füstölt sajtos sajtkrém Paradicsom 1 db, tk kifli	Tej	Zöldségkrémleves levesgyönggyel Vasi pecsenye párolt rizszel Tzatzikivel	Zabrudai	Citromos tea Mediterrán túrókrém Kápia paprika ½, félbarna kenyér
Csütörtök 10	Citromos tea Sült lecsókolbász, mustár Mini baguette	Tej	Marha babgulyás Vargabéles málnaszörppel Alma	Nektarin	Citromos tea Csirkemell sonka 3 szelet, margarin Kovászos uborka, félbarna kenyér
Péntek 11	Citromos tea Marha párizsi 3 szelet, kockasajt Zöldpaprika ½, rozskenyér	Tej	Zöldségleves daragaluskával Nyári székelykáposzta	Körte	Citromos tea Majorannás mini májas, jégcretek Félbarna kenyér
Szombat 12	Citromos tea Sertés rakott nyelv 3 szelet Margarin, lilahagyma Félbarna kenyér	Tej	Tárkonyos pulykaragu leves Zöldbabfőzelék sült kolbásszal	Kapuciner szelet	Citromos tea Pritaminos felvágott 3 szelet Margarin, zöldpaprika ½ Félbarna kenyér
Vasárnap 13	Citromos tea Minijam, miniméz, margarin Natúr joghurt, kalács	Vaníliás tej	Sárgaborsóleves Tejszínes-zöldséges csirkeragu Zöldséges orsótésztával	Túrós batyu	Citromos tea Csécsi szalonna, póréhagyma Félbarna kenyér

Készítette: Árky Tamás Konyhafőnök

Kiss Mariann Dietetikus

Az étlapon a változás jogát fenntartjuk!

Jóváhagyta: Czágány Éva Vezető ápoló





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



37. hét

ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND I.

2026. szeptember 7-től 2026. szeptember 13-ig

Nap		Normál "D"	Epekimélő - zsírszegény	Tejmentes
Hétfő 7	Reggeli	Tea, gépsonka, tömlős sajt, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, újhagyma, lenmagos zsemle
	Tízórai	Tej	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Szegedi gulyás, parajos-csirkés ragu diétás, törtburgonya, reszelt sajt, dörmő	Szegedi gulyás diétás, parajos-csirkés ragu diétás, törtburgonya, kakaós ostya	Szegedi gulyás, parajos-csirkés ragu TM, törtburgonya, étcsokoládé
	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Őszibarack befőtt	Szilva
	Vacsora	Tea, paprikás szalámi, margarin, félbarna kenyér	Tea, baromfi párizsi, margarin, félbarna kenyér	Tea, paprikás szalámi, margarin, csalamádé, félbarna kenyér
Kedd 8	Reggeli	Tea, hamé pástétom, kigyóborka, félbarna kenyér	Tea, pulykamell sonka, margarin, korpás zsemle	Tea, hamé pástétom, kigyóborka, korpás zsemle
	Tízórai	Tejeskávé	Tejeskávé	Növényi tej
	Ebéd	Frankfurti leves, túrós-barackos kocka, gyümölcsle	Pulykaragu leves, túrós-barackos kocka, gyümölcsle	Pulykaragu leves, őszibarack felfújt TM, gyümölcsle
	Uzsonna	Almabefőtt	Almabefőtt	Szőlő
	Vacsora	Tea, olasz felvágott, margarin, kefir, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, kefir, félbarna kenyér	Tea, olasz felvágott, margarin, félbarna kenyér
Szerda 9	Reggeli	Tea, füstölt sajtos sajtkrém, paradicsom szelet, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, tk kifli	Tea, párizsi felvágott, margarin, paradicsom, tk kifli
	Tízórai	Tej	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Zöldségkrémleves, vasi pecsenye, párolt rizs, tatziki	Zöldségkrémleves, tárkonyos pulykaragu, párolt rizs	Zöldségkrémleves TM, tárkonyos pulykaragu, párolt rizs
	Uzsonna	Zabrudí	Zabrudí	Zabrudí
	Vacsora	Tea, mediterrán túrókrém, félbarna kenyér	Tea, mediterrán túrókrém, félbarna kenyér	Tea, turista felvágott, margarin, kápia paprika 1/2, félbarna kenyér
Csütörtök 10	Reggeli	Tea, főtt virsli, mustár, félbarna kenyér	Tea, főtt virsli, mustár, mini baguette	Tea, sült lecsókolbász, mustár, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Marhagulyás diétás, vargabéles, almabefőtt	Marhagulyás diétás, vargabéles, alma	Marha babgulyás, tejberizs kakaó szórással TM, alma
	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Nektarin	Nektarin
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, csirkemell sonka, margarin, kovászos uborka, félbarna kenyér
Péntek 11	Reggeli	Tea, marha párizsi, kockasajt, rozskenyér	Tea, marha párizsi, margarin, rozskenyér	Tea, marha párizsi, margarin, zöldpaprika 1/2, rozskenyér
	Tízórai	Tej	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Zöldségleves daragaluskával, nyári székelykáposzta	Zöldségleves daragaluskával, brokkolis csirkemell csőben sültve, bulgur	Zöldségleves daragaluskával, nyári székelykáposzta TM
	Uzsonna	Körtebefőtt	Körtebefőtt	Körte
	Vacsora	Tea, majorannás mini májas, jégretek, félbarna kenyér	Tea, zöldségkrém, félbarna kenyér	Tea, majorannás mini májas, jégretek, félbarna kenyér
Szombat 12	Reggeli	Tea, rakott nyelv, margarin, lilahagyma félbarna kenyér	Tea, rakott nyelv, margarin, félbarna kenyér	Tea, csülök sonka, margarin, lilahagyma, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Tej	Növényi tej
	Ebéd	Tárkonyos pulykaragu leves, halrúd, zöldbabfőzelék	Tárkonyos pulykaragu leves diétás, halrúd, zöldbabpüréfőzelék	Tárkonyos pulykaragu leves TM, sült kolbász, zöldbabf. TM
	Uzsonna	Kapuciner szelet	Gesztenye rúd	Gesztenye rúd
	Vacsora	Tea, piraminos felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, pulykasonka, margarin, félbarna kenyér	Tea, piraminos felvágott, margarin, zöldpaprika 1/2, félbarna kenyér
Vasárnap 13	Reggeli	Tea, miniméz, minijam, margarin, natúr joghurt, kalács	Tea, miniméz, minijam, margarin, natúr joghurt, kalács	Tea, lencsés felvágott, margarin, félbarna kenyér
	Tízórai	Vaníliás tej	Vaníliás tej	Növényi tej
	Ebéd	Sárgaborsóleves, zöldséges csirkeragu, orsótészta	Kertészleves diétás, zöldséges csirkeragu, orsótészta	Sárgaborsóleves, zöldséges csirkeragu TM, orsótészta
	Uzsonna	Gyümölcsle	Gyümölcsle	Gyümölcsle
	Vacsora	Tea, zala felvágott, margarin, póréhagyma, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, félbarna kenyér	Tea, csécsi szalonna, póréhagyma, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus / Arky Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu

Jóváhagyta: Czágány Éva Vezető ápoló



oldalszám: 1/1
Dátum: 2026.07.31.



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



37. hét

ETLAP - DIÉTÁS ÉTREND II.

026. szeptember 7-től 2026. szeptember 13-ig

Nap		Pépes (spec pépes)	Tejmentes pépes	Sertéshús mentes
Hétfő 7	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, sonkakrém, félbarna kenyér	Tea, tömlős sajt, újhagyma, lenmagos zsemle
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Szegedi gulyás, parajos-csirkés ragu, törtburgonya, reszelt sajt, dörmi	Szegedi gulyás, parajos-csirkés ragu TM, törtburgonya, gyümölcslé	Szegedi gulyás, parajos-csirkés lasagne, kakaós ostya
	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Őszibarack befőtt	Szilva
	Vacsora	Tea, kakaós zabkása	Tea, kakaós zabkása TM	Tea, baromfi párizsi, margarin, csalamádé, félbarna kenyér
Kedd 8	Reggeli	Tea, kefir, darált pulykamell sonka, félbarna kenyér	Tea, pulykamell sonkakrém, félbarna kenyér	Tea, pulykamell sonka, margarin, kigyóuborka, korpás zsemle
	Tízórai	Tejeskávé	Növényi tej	Tejeskávé
	Ebéd	Pulykaragu leves, őszibarack felfújt, gyümölcslé	Pulykaragu leves, őszibarack felfújt TM, gyümölcslé	Pulykaragu leves, túrós-barackos kocka, gyümölcslé
	Uzsonna	Almabefőtt	Almabefőtt	Szőlő
	Vacsora	Tea, sült csirkés-zöldséges rizskása	Tea, sült csirkés-zöldséges rizskása	Tea, halpástétom, kefir, félbarna kenyér
Szerda 9	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált párizsi, félbarna kenyér	Tea, párizsikrém, félbarna kenyér	Tea, füstölt sajtos sajt, paradicsom, tk kifli
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Zöldségkrémleves, tárkonyos pulykaragu, rizspép	Zöldségkrémleves TM, tárkonyos pulykaragu, rizspép	Zöldségkrémleves, tárkonyos pulykaragu, párolt rizs
	Uzsonna	Zabrudí	Zabrudí	Zabrudí
	Vacsora	Tea, lágy mediterrán túrókrém, darált turista felvágott, félbarna	Tea, turista felvágott krém, félbarna kenyér	Tea, mediterrán túrókrém, kávia paprika 1/2, félbarna kenyér
Csütörtök 10	Reggeli	Tea, tejföl 2dl, darált virsli, félbarna kenyér	Tea, virslikrém, félbarna kenyér	Tea, főtt virsli, mustár, mini baguette
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Marhagulyás, tejberizs kakaó szórással, almabefőtt	Marhagulyás, tejberizs kakaó szórással TM, almabefőtt	Marha babgulyás, vargabéles, alma
	Uzsonna	Őszibarack befőtt	Őszibarack befőtt	Nektarin
	Vacsora	Tea, sült sonkás-zöldséges zabkása	Tea, sült sonkás-zöldséges zabkása	Tea, csirkemell sonka, margarin, kovászos uborka, félbarna kenyér
Péntek 11	Reggeli	Tea, kefir, darált marha párizsi, félbarna kenyér	Tea, marha párizsikrém, félbarna kenyér	Tea, kockasajt 2 db, zöldpaprika 1/2, rozskenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Zöldségleves daragaluskával, brokkolis csirkemell csőben sütvé, bulgurpép	Zöldségleves daragaluskával, brokkolis csirkemell csőben sütvé TM, bulgurpép	Zöldségleves daragaluskával, brokkolis csirkemell csőben sütvé, bulgur
	Uzsonna	Körtebefőtt	Körtebefőtt	Körte
	Vacsora	Tea, almás-fahéjas tejbedara	Tea, almás-fahéjas tejbedara TM	Tea, zöldségkrém, jégretek, félbarna kenyér
Szombat 12	Reggeli	Tea, natúr joghurt, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, csülökrém, félbarna kenyér	Tea, trappista sajt, margarin, lilahagyma, félbarna kenyér
	Tízórai	Tej	Növényi tej	Tej
	Ebéd	Tárkonyos pulykaragu leves, halrúd, zöldbabpüréfőzelék	Tárkonyos pulykaragu leves TM, halrúd, zöldbabpüréfőzelék TM	Tárkonyos pulykaragu leves, halrúd, zöldbabfőzelék
	Uzsonna	Gesztenye rúd	Gesztenye rúd	Kapuciner szelet
	Vacsora	Tea, sült sonkás-zöldséges rizskása	Tea, sült sonkás-zöldséges rizskása	Tea, pulykasonka, margarin, zöldpaprika 1/2, félbarna kenyér
Vasárnap 13	Reggeli	Tea, miniméz, minijam, margarin, kalács	Tea, lőncskrém, félbarna kenyér	Tea, miniméz, minijam, margarin, natúr joghurt, kalács
	Tízórai	Vaníliás tej	Növényi tej	Vaníliás tej
	Ebéd	Kertészleves, zöldséges csirkeragu, burgonyapüré	Kertészleves, zöldséges csirkeragu TM, burgonyapüré TM	Kertészleves, zöldséges csirkeragu, orsótészta
	Uzsonna	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Túrós batyu
	Vacsora	Tea, natúr joghurt, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, zalakrém, félbarna kenyér	Tea, főtt tojás 2 db, margarin, póréhagyma, félbarna kenyér

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus Árkó Tamás Konyhafőnök

Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!

Készítette: Kiss Mariann

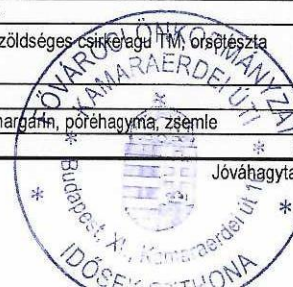
Elérhetőség: elolemez@kamerdo.hu

*Jóváhagyta: Czágány Éva Vezető ápoló

		Fővárosi Önkormányzat Kamaraerdei Úti Idősek Otthona 1112 Budapest, Kamaraerdei út 16.			
37. hét		ÉTLAP - DIÉTÁS ÉTREND III.			2026. szeptember 7-től 2026. szeptember 13-ig
Nap		Cukorbeteg étrend	Cukros-pépes	Cukros, teimentes	Vesekímélő, cukorbeteg étrend
Hétfő 7	Reggeli	Tea, gépsonka, margarin, újhagyma, zsemle	Tea, tejföl 2dl, darált gépsonka, félbarna kenyér	Tea, gépsonka, margarin, újhagyma, zsemle	Tea, gépsonka 2 sz, margarin, újhagyma, zsemle
	Tízórai	Tömlős sajt, zsemle	Tömlős sajt, félbarna kenyér	Májkrem, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Ebéd	Szegedi gulyás, parajos-csirkés lasagne, étcsokoládé, őszibarack befőtt diab	Szegedi gulyás, parajos-csirkés ragu, törtburgonya 1/2, reszelt sajt, gyümölcsle, őszibarack befőtt diab	Szegedi gulyás, parajos-csirkés ragu TM, törtburgonya 1/2, étcsokoládé, őszibarack befőtt diab	Hamis gulyás, parajos-csirkés ragu TM, törtburgonya 1/2, étcsokoládé, őszibarack befőtt diab
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, paprikás szalámi, margarin, csalamádé, zsemle	Tea, kakaós zabkása diab	Tea, baromfi párizsi, margarin, csalamádé, zsemle	Tea, baromfi párizsi 2 sz, margarin, zsemle
Kedd 8	Utvacsora	Diab.jam, zsemle	Diab.jam, félbarna kenyér	Diab.jam, zsemle	Diab.jam, zsemle
	Reggeli	Tea, hamé pástétom, kigyóuborka, zsemle	Tea, kefir, darált pulykamell sonka, félbarna kenyér	Tea, hamé pástétom, kigyóuborka, zsemle	Tea, pulykamell sonka 2 sz, margarin, kigyóuborka, zsemle
	Tízórai	Pulykamell sonka, zsemle	Hamé pástétom, félbarna kenyér	Pulykamell sonka, zsemle	Zöldségkrém, zsemle
	Ebéd	Pulykaragu leves, őszibarack felfújt diab, gyümölcsle, almabefőtt diab	Pulykaragu leves, őszibarack felfújt diab, gyümölcsle, almabefőtt diab	Pulykaragu leves, őszibarack felfújt TM diab, gyümölcsle, almabefőtt diab	Pulykaragu leves, őszibarack felfújt TM diab, gyümölcsle, almabefőtt diab
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma
Szerda 9	Vacsora	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	Tea, sült csirkés-zöldséges rizskása	Tea, olasz felvágott, margarin, zsemle	Tea, olasz felvágott 2 sz, margarin, zsemle
	Utvacsora	Halpástétom, zsemle	Halpástétom, félbarna kenyér	Halpástétom, zsemle	Kefir, zsemle
	Reggeli	Tea, füstölt sajtos sajtkrém, paradicsom, zsemle	Tea, natúr joghurt, darált párizsi, félbarna kenyér	Tea, párizsi felvágott, margarin, paradicsom, zsemle	Tea, párizsi felvágott 2 sz, margarin, zsemle
	Tízórai	Párizsi felvágott, zsemle	Diab.méz, félbarna kenyér	Diab.méz, zsemle	Diab.méz, zsemle
	Ebéd	Zöldségkrémleves, vasi pecsenye, párolt rizs 1/2, tzatziki, zabrudi	Zöldségkrémleves, tárkonyos pulykaragu, rizspép 1/2, zabrudi	Zöldségkrémleves TM, tárkonyos pulykaragu, párolt rizs 1/2, zabrudi	Zöldségkrémleves TM, tárkonyos pulykaragu, párolt rizs 1/2, zabrudi
Csütörtök 10	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, mediterrán túrókrém, kávia paprika 1/2, zsemle	Tea, lágy mediterrán túrókrém, darált turista felvágott, félbarna	Tea, turista felvágott, margarin, kávia paprika 1/2, zsemle	Tea, turista felvágott 2 sz, margarin, kávia paprika 1/2,
	Utvacsora	Mini májas, zsemle	Mini májas, félbarna kenyér	Mini májas, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Reggeli	Tea, sült lecsókolbász, mustár, zsemle	Tea, tejföl 2dl, darált virsli, félbarna kenyér	Tea, főtt virsli, mustár, zsemle	Tea, főtt virsli 1 db, zsemle
	Tízórai	Diab.jam, zsemle	Diab.jam, félbarna kenyér	Diab.jam, zsemle	Diab.jam, zsemle
Péntek 11	Ebéd	Marha babgulyás, vargabéles diab, alma, nektarin	Marhagulyás, tejberizs kakaó szórással diab, almabefőtt diab, őszibarack befőtt diab	Marha babgulyás, tejberizs kakaó szórással TM diab, alma, nektarin	Marhagulyás, tejberizs kakaó szórással TM diab, alma, nektarin
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, csirkemell sonka, margarin, kovászos uborka, zsemle	Tea, sült sonkás-zöldséges zabkása	Tea, csirkemell sonka, margarin, kovászos uborka, zsemle	Tea, csirkemell sonka 2 sz, margarin, zsemle
	Utvacsora	Hamé pástétom, zsemle	Hamé pástétom, félbarna kenyér	Hamé pástétom, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Reggeli	Tea, marha párizsi, margarin, zöldpaprika 1/2, zsemle	Tea, kefir, darált marha párizsi, félbarna kenyér	Tea, marha párizsi, margarin, zöldpaprika 1/2, zsemle	Tea, marha párizsi 2 sz, margarin, zöldpaprika 1/2, zsemle
Szombat 12	Tízórai	Kockasajt, zsemle	Kockasajt, félbarna kenyér	Diab.jam, zsemle	Kefir, zsemle
	Ebéd	Zöldségleves daragalsukával, nyári székelykáposzta, körtebefőtt diab	Zöldségleves daragalsukával, brokkolis csirkemell csőben sütve, bulgurpép 1/2, körtebefőtt diab	Zöldségleves daragalsukával, brokkolis csirkemell csőben sütve TM, bulgur 1/2, zabrudi	Zöldségleves daragalsukával, brokkolis csirkemell csőben sütve TM, bulgur 1/2, zabrudi
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, majorannás mini májas, jégretek, zsemle	Tea, almás-fahéjas tejbedara diab	Tea, majorannás mini májas, jégretek, zsemle	Tea, zöldségkrém, jégretek, zsemle
	Utvacsora	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle	Zöldségkrém, zsemle	Diab.jam, zsemle
Vasárnap 13	Reggeli	Tea, rakott nyelv, margarin, lilahagyma, zsemle	Tea, natúr joghurt, darált rakott nyelv, félbarna kenyér	Tea, csülök sonka, margarin, lilahagyma, zsemle	Tea, csülök sonka 2 sz, margarin, lilahagyma, zsemle
	Tízórai	Natúr joghurt, zsemle	Csülökrém, félbarna kenyér	Diab.méz, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Ebéd	Tárkonyos pulykaragu leves, sült kolbász, zöldbabfőzelék diab, zabrudi	Tárkonyos pulykaragu leves, halrúd, zöldbabpüréfőzelék, zabrudi	Tárkonyos pulykaragu leves TM, halrúd, zöldbabfőzelék TM, zabrudi	Tárkonyos zöldségleves, halrúd, zöldbabfőzelék TM, zabrudi
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, pitaminos felvágott, margarin, zöldpaprika 1/2, zsemle	Tea, sült sonkás-zöldséges rizskása	Tea, pitaminos felvágott, margarin, zöldpaprika 1/2, zsemle	Tea, pitaminos felvágott 2 sz, margarin, zöldpaprika 1/2,
	Utvacsora	Pulykasonka, zsemle	Pritaminos felvágott krém, félbarna kenyér	Pulykasonka, zsemle	Diab.méz, zsemle
	Reggeli	Tea, löncs felvágott, margarin, zsemle	Tea, löncskrém, félbarna kenyér	Tea, löncs felvágott, margarin, zsemle	Tea, löncs felvágott 2 sz, margarin, zsemle
	Tízórai	Natúr joghurt, zsemle	Halpástétom, félbarna kenyér	Halpástétom, zsemle	Natúr joghurt, zsemle
	Ebéd	Kertészleves diétás, tejszínes-zöldséges csirkeragu, orsótészta 1/2, gyümölcsle	Kertészleves diétás, zöldséges csirkeragu, burgonyapüré 1/2, gyümölcsle	Kertészleves diétás, zöldséges csirkeragu TM, orsótészta 1/2, gyümölcsle	Kertészleves diétás, zöldséges csirkeragu TM, orsótészta 1/2, gyümölcsle
	Uzsonna	Alma	Reszelt alma	Alma	Alma
	Vacsora	Tea, csécsi szalonna, póréhagyma, zsemle	Tea, natúr joghurt, darált zala felvágott, félbarna kenyér	Tea, zala felvágott, margarin, póréhagyma, zsemle	Tea, zala felvágott 2 sz, margarin, póréhagyma, zsemle
	Utvacsora	Zala felvágott, zsemle	Diab.jam, félbarna kenyér	Diab.jam, zsemle	Diab.jam, zsemle

Készítette: Kiss Mariann Dietetikus
 Az étlapon a változtatás jogát fenntartjuk!
 Készítette: Kiss Mariann
 Elérhetőség: elelmez@kamerdo.hu

3x étkezés (R+E+V); 5x étkezés (R+T+E+U+V); 6x étkezés (R+T+E+U+V+UV)



Jóváhagyta: Czagány Éva Vezető ápoló