



FŐVÁROSI ÖNKORMÁNYZAT PESTI ÚTI IDŐSEK OTTHONA
1173 BUDAPEST, PESTI ÚT 117.

2024. szeptember 23-tól - szeptember 29 - ig

| 38.HÉT | | NORMÁL | DEMENS | ZSÍR- FÜSZERSZEGÉNY | CUKROS | PÉPES | GLUTÉNMENTES |
|-----------|-----------------|---|---|---|---|---|---|
| HÉTFŐ | reggeli | Tea, marg, Zöldséges felvágott, kenyér | Tea, marg, Zöldséges felvágott, kenyér | Tea, marg, Zöldséges felvágott, kenyér | Tea diab., marg, Zöldséges felvágott, kenyér | Tea, Zöldséges felvágottkrém, kenyér | Tea, marg, Zöldséges felvágott, kenyér glm. |
| | ebéd | Vajgaluska leves, Milánói makaróni | Vajgaluska leves, Milánói makaróni | Vajgaluska leves, Húsos spagetti diétás, sajt szórattal | Vajgaluska leves, Milánói makaróni | Vajgaluska leves pép, Milánói makaróni pép | Vajgaluska leves glm., Milánói makaróni glm. |
| | tízórai-uzsonna | tej - alma | tej - almapüre | tej - alma | tej - alma | tej - almapüre | tej - alma |
| | vacsora | Tea, marg., Pizza sonka, kigyó uborka, kenyér | Tea, marg., Pizza sonka, kenyér | Tea, marg., Pizza sonka, kenyér | Tea diab, marg., Pizza sonka, kigyó uborka, kenyér | Tea., Pizza sonkakerém, kenyér | Tea, marg, Pizza sonka, kigyó uborka, kenyér glm |
| KEDD | reggeli | Tea, Kakaó, marg.kisfonott | Tea, Kakaó, marg, kisfonott | Tea, Kakaó, marg, kisfonott | Tea-Kakaó diab. marg. diab.kalács | Tea, Kakaó, marg, kalács | Tea, Kakaó, marg, kalács glm |
| | ebéd | Rántott leves zsemlekockával, Lencsefőzelék, Füst. Főtt tarja | Rántott leves zsemlekockával, Lencsefőzelék, Füst. Főtt tarja | Rántott leves zsemlekockával, burgonyafőzelék diét. kefirrel, sült virsli | Rántott leves zsemlekockával, Lencsefőzelék, Füst. Főtt tarja | Rántott leves zsemlekockával, Lencsefőzelék, Füst. Főtt tarja | Rántott leves glm., Lencsefőzelék glm., Füst. Főtt tarja |
| | tízórai-uzsonna | Túró Rudi- szilva | Túró Rudi - szilvapép | Túró Rudi - körte | Túró Rudi diab- szilva | Túró Rudi- szilvapép | Túró Rudi- szilva |
| | vacsora | Tea, marg., Sajtos párizsi, zöldpaprika, kenyér | Tea, marg., Sajtos párizsi, kenyér | Tea, marg., Sajtos párizsi, kenyér | Tea diab., marg., Sajtos párizsi, zöldpaprika, kenyér | Tea, Sajtos párizsikrém, kenyér | Tea, marg., Sajtos párizsi, zöldpaprika, kenyér glm |
| SZERDA | reggeli | Tea, marg., Zala felvágott, kenyér | Tea, marg., Zala felvágott, kenyér | Tea, marg., Zala felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér | Tea, Zala felvágottkrém, kenyér | Tea, marg, Zala felvágott, kenyér glm |
| | ebéd | Kertészleves, Rakott burgonya debrecenivel | Kertészleves, Rakott burgonya debrecenivel | Kertészleves diéta, Rakott burgonya virslivel | Kertészleves, Rakott burgonya debrecenivel | Kertészleves pép, Rakott burgonya debrecenivel pép | Kertészleves glm., Rakott burgonya debrecenivel glm. |
| | tízórai-uzsonna | tej - banán | tej - banán | tej - banán | tej - alma | tej - banánpüre | tej -banán |
| | vacsora | Tea, marg, Bácskai hurka, paradicsom, kenyér | Tea, marg, Bácskai hurka, kenyér | Tea, marg, Bácskai hurka, kenyér | Tea diab, marg, Bácskai hurka, paradicsom, kenyér | Tea, Bácskai hurkakerém, kenyér | Tea, marg, Bácskai hurka, paradicsom, kenyér glm. |
| CSÜTÖRTÖK | reggeli | Tea, Sajtkrém, kenyér | Tea, Sajtkrém, kenyér | Tea, Sajtkrém, kenyér | Tea diab., Sajtkrém, kenyér | Tea, Sajtkrém, kenyér | Tea, Sajtkrém, kenyér |
| | ebéd | Pulykaraguleves, Pozsonyi rakott metélt | Pulykaraguleves, Pozsonyi rakott metélt | Pulykaraguleves diét., Dejős metélt ízzel | Pulykaraguleves, Pozsonyi rakott metélt diab. | Pulykaraguleves pép, Pozsonyi rakott metélt pép | Pulykaraguleves glm., Pozsonyi rakott metélt glm. |
| | tízórai-uzsonna | tej - sütőtök dob. | tej - sütőtök dob. | tej -sütőtök dob. | tej - sütőtök dob. | tej - sütőtök dob. | tej - sütőtök dob. |
| | vacsora | Tea, marg., Turista felvágott, kigyó uborka, kenyér | Tea, marg., Turista felvágott, kenyér | Tea, marg., Turista felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Turista felvágott, kigyó uborka | Tea, Turista felvágottkrém, kenyér | Tea, marg., Turista felvágott, kigyó uborka, kenyér glm. |
| PÉNTEK | reggeli | Tea, tej, marg., méz, kenyér | Tea, tej,margarinos méz kenyér | Tea, tej, marg., méz, kenyér | Tea diab, tej, marg, diab.méz, kenyér | Tea, tej, margarinos méz, kenyér | Tea, tej, marg, méz, kenyér glm. |
| | ebéd | Almaleves, Párizsi sertésszelet, Zöldséges bulgur | Almaleves, Párizsi sertésszelet, Zöldséges bulgur | Almaleves Tm., Párizsi sertésszelet, Sárgarépás bulgur | Almaleves diab., Párizsi sertésszelet, Zöldséges bulgur | Almaleves pép, Párizsi sertésszelet pép, Zöldséges bulgur pép | Almaleves glm., Párizsi sertésszelet glm., Zöldséges rizs |
| | tízórai-uzsonna | alma - gyümölcsjoghurt | alma - gyümölcsjoghurt | alma - gyümölcsjoghurt | alma - diab. gyümölcsjoghurt | almapép - gyümölcsjoghurt | alma - gyümölcsjoghurt |
| | vacsora | Tea, marg., Mexikói felvágott, kenyér | Tea, marg., Mexikói felvágott, kenyér | Tea, marg., Mexikói felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Mexikói felvágott, kenyér | Tea, Mexikói felvágottkrém, kenyér | Tea, marg., Mexikói felvágott, kenyér glm. |
| SZOMBAT | reggeli | Tea, marg., Trappista sajt, kenyér | Tea, marg., Trappista sajt, kenyér | Tea, marg., Trappista sajt, kenyér | Tea diab, marg., Trappista sajt, kenyér | Tea, Tömlős sajtkrém, kenyér | Tea, marg., Trappista sajt, kenyér glm. |
| | ebéd | Májgaluska leves, Paraj főzelék, Főtt tojás | Májgaluska leves, Paraj főzelék, Főtt tojás | Májgaluska leves diétás, Brokkoli főzelék kefirrel, Főtt virsli | Májgaluska leves, Paraj főzelék, Főtt tojás | Májgaluska leves pép, Paraj főzelék, Főtt tojás darált | Májgaluska leves glm., Paraj főzelék glm., Főtt tojás |
| | tízórai-uzsonna | körte - piskóta szelet | körtepép - piskóta szelet | körte - piskóta szelet | körte - diab.nápolyi | körtepép - piskóta szelet | körte - omlós keksz glm |
| | vacsora | Tea, Disznósajt, lilahagyma, kenyér | Tea, Disznósajt, kenyér | Tea,marg, Toast sonka, kenyér | Tea diab., Disznósajt, lilahagyma, kenyér | Tea, Toast sonkakerém, kenyér | Tea, Disznósajt, lilahagyma, kenyér glm. |
| VASÁRNAP | reggeli | Gy.tea, marg, Soproni felv. | Gy.tea, marg, Soproni felv. | Gy.tea, marg, Soproni felv. | Gy.tea diab., marg, Soproni felv. | Gy.tea, Soproni fvkrem | Gy.tea, marg., Soproni fv., kenyér |
| | ebéd | Erdélyi zölds.lev, Hentes tokány, párolt rizs | Erdélyi zölds.lev, Hentes tokány, párolt rizs | Erdélyi zölds.lev diét., Hentes tokány diét., párolt rizs | Erdélyi zölds.lev, Hentes tokány, párolt rizs | Erdélyi zölds.lev pép, Hentes tokány pép, párolt rizs pép | Erdélyi zölds.lev. Glm., Hentes tokány glm., párolt rizs |
| | tízórai-uzsonna | alma - gyümölcsjoghurt | almapüre - gyümölcsjoghurt | alma - gyümölcsjoghurt | alma - diab. Gyümölcsjoghurt | almapüre - gyümölcsjoghurt | alma -gyümölcsjoghurt |
| | vacsora | Gy.tea, Sült zsír, pritamín paprika, kenyér | Gy.tea, Sült zsír, kenyér | Gy.tea, Sült zsír, kenyér | Gy.tea diab., Sült zsír, pritamín paprika, kenyér | Gy.tea, Sült zsír, kenyér | Gy.tea, Sült zsír, Pritamín paprika, kenyér glm. |

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

.....
 élmezésvetető

.....
 dietetikus

.....
 intézményi orvos

.....
 intézményvezető



| 38.HÉT | | CUKROS-EPÉS | CUKROS-TEJ- TEJTERMÉK MENTES | CUKROS-COLITIS | DIAB - PÉPES | EPÉS - PÉPES |
|-----------|-------------------------|---|--|---|---|--|
| HÉTFŐ | 23 | <u>reggeli</u> | Tea diab., marg, Zöldséges felvágott, kenyér | Tea diab., marg, Zöldséges felvágott, kenyér | Tea diab., marg, Zöldséges felvágott, kenyér | Tea, marg, Zöldséges felvágott, kenyér |
| | <u>ebéd</u> | Vajgaluska leves, Húsos spagetti diétás, sajt szórattal | Vajgaluska leves, Húsos spagetti diétás Tm. | Vajgaluska leves, Húsos spagetti diétás, sajt szórattal | Vajgaluska leves pép, Milánói makaróni pép | Vajgaluska leves, Húsos spagetti diétás, sajt szórattal |
| | <u>ítizórai-uzsonna</u> | tej - alma | alma 2X | alma 2X | tej - almapüre | tej - almapüre |
| | <u>vacsora</u> | Tea diab., marg., Pizza sonka, kenyér | Tea diab., marg., Pizza sonka, kenyér | Tea diab., marg., Pizza sonka, kenyér | Tea diab., Pizza sonkakrém, kenyér | Tea, marg, Pizza sonka, kenyér |
| KEDD | 24 | <u>reggeli</u> | Tea-kakaó diab. marg. diab kalács | Tea diab. marg, topicó, kifli | Tea diab. marg, topicó kifli | Tea-kakaó diab. marg. diab.kalács |
| | <u>ebéd</u> | Rántott leves zsemlekockával, burgonyafőzelék diét. kefirrel, sült virsli | Rántott leves zsemlekockával, burgonyafőzelék diét. Tm., sült virsli | Rántott leves zsemlekockával, burgonyafőzelék diét. kefirrel, sült virsli | Rántott leves pép., Lencsefőzelék pép, Füst. Főtt tarja darált | Rántott leves pép, burgonyafőzelék diét. Kefirrel pép, sült virsli pép |
| | <u>ítizórai-uzsonna</u> | Túró Rudi diab. - szilva | szilva 2 adag | szilva 2 adag | Túró Rudi diab. - szilvapép | Túró Rudi - szilvapép |
| | <u>vacsora</u> | Tea, diab., marg., Sajtos párizsi, kenyér | Tea diab., marg., Baromfi párizsi, kenyér | Tea diab., marg., Sajtos párizsi, kenyér | Tea diab., Sajtos párizsikrém, kenyér | Tea diab., Sajtos párizsikrém, kenyér |
| SZERDA | 25 | <u>reggeli</u> | Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér | Tea, Zala felvágottkrém, kenyér |
| | <u>ebéd</u> | Kertészleves diéta, Rakott burgonya virslivel | Kertészleves diéta, Rakott burgonya virslivel Tm. | Kertészleves diéta, Rakott burgonya virslivel | Kertész lev.pép, Rakott burgonya debrecenivel pép | Kertészleves diéta pép, Rakott burgonya virslivel pép |
| | <u>ítizórai-uzsonna</u> | tej - őszibarack | őszibarack - alma | őszibarack - alma | tej - őszibarackpép | tej - őszibarackpép |
| | <u>vacsora</u> | Tea diab, marg, Bácskai hurka, kenyér | Tea diab, marg, Bácskai hurka, kenyér | Tea diab, marg, Bácskai hurka, kenyér | Tea diab., Bácskai hurkakerém, kenyér | Tea, Bácskai hurkakrém, kenyér |
| CSÜTÖRTÖK | 26 | <u>reggeli</u> | Tea diab., Sajtkrém, kenyér | Tea diab., Májkrém, kenyér | Tea diab., Sajtkrém, kenyér | Tea , Sajtkrém, kenyér |
| | <u>ebéd</u> | Pulykaraguleves diét., Dejós metélt ízzel diab | Pulykaraguleves diét., Dejós metélt ízzel diab | Pulykaraguleves diét., Dejós metélt ízzel diab | Pulykaraguleves pép, Dejós metélt ízzel diab pépes | Pulykaraguleves diét. pép, Dejós teszta ízzel pép |
| | <u>ítizórai-uzsonna</u> | tej - sütőtök dob. | alma-sütőtök dob. | alma-sütőtök dob. | tej - sütőtök dob. | tej - sütőtök dob. |
| | <u>vacsora</u> | Tea diab., marg., Turista felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Turista felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Turista felvágott, kenyér | Tea diab., Turista felvágottkrém, kenyér | Tea, Turista felvágottkrém, kenyér |
| PÉNTEK | 27 | <u>reggeli</u> | Tea diab, tej, marg, diab.méz | Tea diab,marg, diab.méz | Tea diab, marg, diab.méz | Tea, tej, margarinosméz |
| | <u>ebéd</u> | Almaleves diab. Tm., Párizsi sertésszelet, Sárgarépás bulgur | Almaleves diab. Tm., Párizsi sertésszelet, Sárgarépás bulgur | Almaleves diab., Párizsi sertésszelet, Sárgarépás bulgur | Almaleves diab. pép., Párizsi sertésszelet pép, Sárgarépás bulgur pép | Almaleves Tm pép, Párizsi sertésszelet pép, Sárgarépás bulgur |
| | <u>ítizórai-uzsonna</u> | alma - diab. gyümölcsjoghurt | alma- körte | alma - körte | almapép - diab. Gyümölcsjoghurt | almapép - gyümölcsjoghurt |
| | <u>vacsora</u> | Tea diab., marg., Mexikói felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Mexikói felvágott, kenyér | Tea diab., marg., Mexikói felvágott, kenyér | Tea diab., Mexikói felvágottkrém, kenyér | Tea , Mexikói felvágottkrém, kenyér |
| SZOMBAT | 28 | <u>reggeli</u> | Tea diab, marg., Trappista sajt, kenyér | Tea diab, marg., Zala felvágott, kenyér | Tea diab, marg., Trappista sajt, kenyér | Tea diab, Tömlős sajtkrém, kenyér |
| | <u>ebéd</u> | Májgaluska leves diétás, Brokkoli főzelék kefires , Főtt virsli | Májgaluska leves diétás, Paraj főzelék Tm., Főtt tojás | Májgaluska leves diétás, Paraj főzelék, Főtt tojás | Májgaluska leves pép, Paraj főzelék, Főtt tojás darált | Májgaluska leves diétás pép, Brokkoli főzelék kefires pép , Főtt virsli darált |
| | <u>ítizórai-uzsonna</u> | körte - diab.nápolyi | körte - diab keksz | körte -diab nápolyi | körtepép - diab.csoki | körtepép - csoki |
| | <u>vacsora</u> | Tea diab,marg, Toast sonka, kenyér | Tea diab., marg, Toast sonka , kenyér | Tea diab., marg, Toast sonka, kenyér | Tea diab., Toast sonkakrém, kenyér | Tea, Toast sonkakrém, kenyér |
| VASÁRNAP | 29 | <u>reggeli</u> | Gy.tea diab, marg., Soproni fv. | Gy.tea diab, marg., Soproni fv. | Gy.tea diab, marg., Soproni fv. | Gy.tea diab, Soproni fv.krém |
| | <u>ebéd</u> | Erdélyi zölds.lev diét., Hentes tokány diét., párolt rizs | Erdélyi zölds.lev diét., Hentes tokány diét., párolt rizs | Erdélyi zölds.lev diét., Hentes tokány diét., párolt rizs | Erdélyi zölds.lev diét. pép, Hentes tokány diét. pép, párolt rizs pép | Erdélyi zölds.lev diét. pép, Hentes tokány diét. pép, párolt rizs pép |
| | <u>ítizórai-uzsonna</u> | alma - mézes puszedli | alma - mézes puszedli | alma - diab. Kekszs | almapép - kekszép | alma - keksz glm |
| | <u>vacsora</u> | Gy.Tea diab., Sült zsír, kenyér | Gy.Tea diab., Sült zsír, kenyér | Gy.Tea diab., Sült zsír, kenyér | Gy.tea diab., Sült zsír, kenyér | Tea, Sült zsír, kenyér |

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

élelmészvezető

diétetikus

intézményi orvos

intézményvezető