



FŐVÁROSI ÖNKORMÁNYZAT PESTI ÚTI IDŐSEK OTTHONA
1173 BUDAPEST, PESTI ÚT 117.
2025. január 20. - 2022. január 26.

		4. hét	NORMÁL	DEMENS	ZSÍR -ÉS FÜSZERSZEGÉNY	CUKROS	PÉPES	GLUTÉNMENTES
HÉTFŐ	20	<u>reggeli</u>	Tea, Tej, marg., mini méz, kenyér	Tea, Tej, marg., mini méz, kenyér	Tea, Tej, marg., mini méz, kenyér	Tea diab. Tej, marg., Diab. mini méz, kenyér	Tea, Tej, mézes margarin, kenyér	Tea, Tej, marg., mini méz, kenyér glm.
		<u>ebéd</u>	Magyaros burgonyaleves, Zöldbab főzelék, vagdalt	Magyaros burgonyaleves, Zöldbab főzelék, vagdalt	Magyaros burgonyaleves, Zöldbab főzelékpüré kefíres, vagdalt diét.	Magyaros burgonyaleves, Zöldbab főzelék, vagdalt	Magyaros burgonyaleves pép, Zöldbab főzelékpüré, vagdalt	Magyaros burgonyaleves glm, Zöldbab főzelék glm, vagdalt glm.
		<u>tízórai-uzsonna</u>	alma -nápolyi	almapüré - sportszlet	alma -nápolyi	alma - diab.nápolyi	almapüré -sportszlet	alma -csoki banán glm.
		<u>vacsora</u>	Tea, Májkrém 65g , kenyér	Tea, Májkrém 65g , kenyér	Tea, Májkrém 65g , kenyér	Tea diab., Májkrém 65g , kenyér	Tea, Májkrém 65g , kenyér	Tea, Májkrém 65g , kenyér glm.
KEDD	21	<u>reggeli</u>	Tea, marg., Olasz felv., kenyér	Tea, marg., Olasz felv., kenyér	Tea, marg., Olasz felv., kenyér	Tea diab., marg., Olasz felv., kenyér	Tea, Olasz felvágottkrém, kenyér	Tea, marg., Olasz felv., kenyér glm.
		<u>ebéd</u>	Húsgaluskaleves, káposztás kocka	Húsgaluskaleves, káposztás kocka	Húsgaluskaleves, darás metélt ízzel	Húsgaluskaleves, káposztás kocka diab.	Húsgaluskaleves pép, tejberizs szórattal	Húsgaluskaleves glm., káposztás kocka glm.
		<u>tízórai-uzsonna</u>	tej- Túró rudi	tej- Túró rudi	tej- Túró rudi	tej- Diab.Túró rudi	tej- Túró rudi	tej- Túró rudi
		<u>vacsora</u>	Tea, Szardínia, citrom, kenyér	Tea, Szardínia krém, kenyér	Tea, Szardínia, citrom, kenyér	Tea, Szardínia, citrom, kenyér	Tea, Szardínia krém, kenyér	Tea, Szardínia, citrom, kenyér glm.
SZERDA	22	<u>reggeli</u>	Tea, Kakaó, margarin, kalács, kenyér	Tea, Kakaó, margarin, kalács, kenyér	Tea, Kakaó, margarin, kalács, kenyér	Tea diab., Kakaó diab, margarin, kalács diab, kenyér	Tea, Kakaó, margarin, kalács, kenyér	Tea, Kakaó, margarin, kalács glm.
		<u>ebéd</u>	Zöldségleves, Rakott brokkoli	Zöldségleves, Rakott brokkoli	Zöldségleves diéta, Rakott brokkoli kefíres	Zöldségleves, Rakott brokkoli	Zöldségleves pép, Rakott brokkoli pép	Zöldségleves glm., Rakott brokkoli glm.
		<u>tízórai-uzsonna</u>	ivólé 100 % - mandarin	ivólé 100 % - mandarin pép	ivólé 100 % - mandarin	ivólé 100 % - mandarin	ivólé 100 % - mandarin pép	ivólé 100 % - mandarin
		<u>vacsora</u>	Tea, húsos zsír, lilahagyma, kenyér	Tea, húsos zsír, kenyér	Tea, húsos zsír, kenyér	Tea diab., húsos zsír, lilahagyma, kenyér	Tea, húsos zsír, kenyér	Tea, húsos zsír, lilahagyma, kenyér glm.
CSÜTÖRTÖK	23	<u>reggeli</u>	Tea, Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea, Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea, Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea diab., Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea, Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea, Tömlős sajtkrém 50g, kenyér glm.
		<u>ebéd</u>	Daragaluska leves, Reszelt csirkemáj, tarhonya köret	Daragaluska leves, Reszelt csirkemáj, tarhonya köret	Daragaluska leves, Reszelt csirkemáj diéta, tarhonya köret	Daragaluska leves, Reszelt csirkemáj, tarhonya köret	Daragaluska leves pép, Reszelt csirkemáj pép, tarhonya köret pép	Daragaluska leves glm, Reszelt csirkemáj glm, tarhonya köret glm
		<u>tízórai-uzsonna</u>	tej -narancs	tej -narancs püré	tej -narancs	tej -narancs	tej -narancs püré	tej -narancs
		<u>vacsora</u>	Tea, marg., Tavaszi felvágott, kenyér	Tea, marg., Tavaszi felvágott, kenyér	Tea, marg., Tavaszi felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Tavaszi felvágott, kenyér	Tea, Tavaszi felvágottkrém, kenyér	Tea, marg., Tavaszi felvágott, kenyér glm.
PÉNTEK	24	<u>reggeli</u>	Tea, Tejeskávé, marg., Cifra rúd, kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Cifra rúd, kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Cifra rúd, kenyér	Tea diab., Tejeskávé diab., marg., Kalács diab., kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Kalács, kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Kalács glm., Kenyér glm.
		<u>ebéd</u>	Zellerkrémleves, pirított kenyérkocka, Cigánypecsenye, tepsis burgonya, csalamádé	Zellerkrémleves pirított kenyérkocka, Cigánypecsenye, tepsis burgonya	Zellerkrémleves, pirított kenyérkocka, Cigánypecsenye diét., tepsis burgonya, cékla	Zellerkrémleves, pirított kenyérkocka, Cigánypecsenye, tepsis burgonya, csalamádé	Zellerkrémleves pép, pirított kenyérkocka, Cigánypecsenye pép, tepsis burgonya pép	Zellerkrémleves glm., pirított kenyérkocka glm., Cigánypecsenye glm., tepsis burgonya, csalamádé
		<u>tízórai-uzsonna</u>	alma - tejszlet	alma pép- tejszlet	alma - tejszlet	alma - Diab. Csokoládé	alma pép- tejszlet	alma - banán szelet glm.
		<u>vacsora</u>	Tea, marg., Baromfi párizsi, kenyér	Tea, marg., Baromfi párizsi, kenyér	Tea, marg., Baromfi párizsi, kenyér	Tea diab., marg., Baromfi párizsi, kenyér	Tea, Baromfi párizsikrém, kenyér	Tea, marg., Baromfi párizsi, kenyér glm.
SZOMBAT	25	<u>reggeli</u>	Tea, Joghurt natur, kenyér	Tea, Joghurt natur, kenyér	Tea, Joghurt natur, kenyér	Tea diab., Joghurt natur, kenyér	Tea, Joghurt natur, kenyér	Tea, Joghurt natur, kenyér glm.
		<u>ebéd</u>	Erdélyi zöldségleves, Tökfőzelék, Csirkepörkölt	Erdélyi zöldségleves, Tökfőzelék, Csirkepörkölt filé	Erdélyi zöldségleves diét., Tökfőzelék kefíres, Csirkepörkölt diétás	Erdélyi zöldségleves, Tökfőzelék, Csirkepörkölt	Erdélyi zöldségleves pép, Tökfőzelék pép, Csirkepörkölt filé pép	Erdélyi zöldségleves glm, Tökfőzelék glm, Csirkepörkölt glm.
		<u>tízórai-uzsonna</u>	banán - dob. Gyümölcspüré	banánpüré - dob. Gyümölcspüré	banán - dob. Gyümölcspüré	alma - dob. Gyümölcspüré	banánpüré - dob. Gyümölcspüré	banán - dob. Gyümölcspüré
		<u>vacsora</u>	Tea, Bácskai hurka, zöldpaprika, kenyér	Tea, Bácskai hurka, kenyér	Tea, Bácskai hurka, kenyér	Tea diab., Bácskai hurka, zöldpaprika, kenyér	Tea, Bácskai hurka krém, kenyér	Tea, Bácskai hurka, zöldpaprika, kenyér glm.
VÁSÁRNAP	26	<u>reggeli</u>	Tea, marg., Trappista sajt, kenyér	Tea, marg., Trappista sajt, kenyér	Tea, marg., Trappista sajt, kenyér	Tea diab., marg., Trappista sajt, kenyér	Tea, Kocka sajt 2db, kenyér	Tea, marg., Trappista sajt, kenyér
		<u>ebéd</u>	Húsleves, Gombapaprikás, tészta köret	Húsleves, Gombapaprikás, tészta köret	Húsleves, Csirkepaprikás diét., tészta köret	Húsleves, Gombapaprikás, tészta köret	Húsleves pép, Gombapaprikás pép, tészta köret pép	Húsleves glm, Gombapaprikás glm., tészta köret glm.
		<u>tízórai-uzsonna</u>	mandarin- puding	mandarin pép- puding	mandarin- puding	mandarin- diab. Van.krém túró	mandarin pép- puding	mandarin- van.krém túró
		<u>vacsora</u>	Tea, Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea, Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea, Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea diab., Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea, Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea, Baromfi pástétom 105g, kenyér glm.



FŐVÁROSI ÖNKORMÁNYZAT PESTI ÚTI IDŐSEK OTTHONA
1173 BUDAPEST, PESTI ÚT 117.
2025. január 20. - 2022. január 26.

4. hét		CUKROS-EPÉS	CUKROS - TEJ-TEJTERMÉK MENTES - FEHÉRJESZEGÉNY	CUKROS-COLITIS	DIAB - PÉPES	EPÉS PÉPES	
HÉTFŐ	20	<u>reggeli</u>	Tea diab., Tej, marg., Diab. mini méz, kenyér	Tea diab., marg., Diab. mini méz, kenyér	Tea diab, marg. Diab mini méz, kenyér	Tea diab., Tej, mézes margarin diab., kenyér	Tea, Tej, Mézes margarin, kenyér
	<u>ebéd</u>	Magyaros burgonyaleves, Zöldbab főzelékpüré kefires, vagdalt diét.	Magyaros burgonyaleves, Zöldbab főzelékpüré Tm., vagdalt diét.	Magyaros burgonyaleves, Zöldbab főzelékpüré kefires, vagdalt diét.	Magyaros burgonyaleves pép, Zöldbab főzelékpüré, vagdalt püré	Magyaros burgonyaleves pép, Zöldbab főzelékpüré kefires pép, vagdalt diét. Pép	
	<u>tízórai-uzsonna</u>	alma -diab. nápolyi	alma - diab. Nápolyi	alma - diab. Nápolyi	almapüré - diab. Csokoládé	almapüré - sportszelet	
	<u>vacsora</u>	Tea diab., Májkrém 65g, kenyér	Tea diab., Májkrém 65g, kenyér	Tea diab., Májkrém 65g, kenyér	Tea diab., Májkrém 65g, kenyér	Tea, Májkrém 65g, kenyér	
KEDD	21	<u>reggeli</u>	Tea diab., marg., Olasz felv., kenyér	Tea diab., marg., Olasz felv., kenyér	Tea diab., marg., Olasz felv., kenyér	Tea diab., Olasz felvágottkrém, kenyér	Tea, Olasz felvágottkrém, kenyér
	<u>ebéd</u>	Húsgaluskaleves, darás metélt diab.izzel	Húsgaluskaleves, darás metélt diab.izzel	Húsgaluskaleves, darás metélt diab.izzel	Húsgaluskaleves pép, Tejberizs szórattal diab.	Húsgaluskaleves pép, Tejberizs szórattal	
	<u>tízórai-uzsonna</u>	tej- Diab.Túró rudi	alma- alma-sütőtök püré dobozos	alma- alma-sütőtök püré dobozos	tej- Diab.Túró rudi	tej- Túró rudi	
	<u>vacsora</u>	Tea diab, Szardínia, citrom, kenyér	Tea diab, Szardínia, citrom, kenyér	Tea diab, Szardínia, citrom, kenyér	Tea diab, Szardínia krém, kenyér	Tea, Szardínia krém, kenyér	
SZERDA	22	<u>reggeli</u>	Tea diab., Kakaó diab., marg., kalács diab., kenyér	Tea diab, margarin, diab. Mini jam., kalács diab tjm,	Tea diab, margarin, diab. Mini jam., kalács diab tjm,	Tea diab., Kakaó diab., marg., kalács diab., kenyér	Tea, Kakaó, marg., kalács, kenyér
	<u>ebéd</u>	Zöldségleves diéta, Rakott brokkoli kefires	Zöldségleves diéta, Rakott brokkoli Tm.	Zöldségleves diéta, Rakott brokkoli kefires	Zöldségleves pép, Rakott brokkoli pép	Zöldségleves diéta pép, Rakott brokkoli kefires pép	
	<u>tízórai-uzsonna</u>	ivólé 100 % - mandarin	ivólé 100 % - mandarin	ivólé 100 % - mandarin	ivólé 100 % - mandarin pép	ivólé 100 % - mandarin pép	
	<u>vacsora</u>	Tea diab., húsos zsír, kenyér	Tea diab., húsos zsír, kenyér	Tea diab., húsos zsír, kenyér	Tea diab., húsos zsír, kenyér	Tea, húsos zsír, kenyér	
CSÜTÖRTÖK	23	<u>reggeli</u>	Tea diab., Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea diab, marg., Toust sonka, kenyér	Tea diab., Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea diab., Tömlős sajtkrém 50g, kenyér	Tea, Tömlős sajtkrém 50g, kenyér
	<u>ebéd</u>	Daragaluska leves, Reszelt csirkemáj diéta, tarhonya köret	Daragaluska leves, Reszelt csirkemáj diéta, tarhonya köret	Daragaluska leves, Reszelt csirkemáj diéta, tarhonya köret	Daragaluska leves pép, Reszelt csirkemáj pép, tarhonya köret pép	Daragaluska leves pép, Reszelt csirkemáj diét. pép, tarhonya köret pép	
	<u>tízórai-uzsonna</u>	tej -narancs	körte - narancs	körte - narancs	tej - narancspüré	tej - narancspüré	
	<u>vacsora</u>	Tea diab., marg., Tavaszi felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Tavaszi felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Tavaszi felvágott, kenyér	Tea diab., Tavaszi felvágottkrém, kenyér	Tea, Tavaszi felvágottkrém, kenyér	
PÉNTEK	24	<u>reggeli</u>	Tea diab., Tejeskávé diab., marg., Kalács diab., kenyér	Tea diab., marg., Diab. Mini méz, Kalács diab., kenyér	Tea diab., marg., Diab. Mini méz, Kalács diab., kenyér	Tea diab., Tejeskávé diab., marg., Kalács diab., kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Kalács, kenyér
	<u>ebéd</u>	Zellerkrémleves, pirított kenyérokca, Cigánypecsenye diét., tepsis burgonya, cékla saláta	Zellerkrémleves tm., pirított kenyérokca, Cigánypecsenye diét., tepsis burgonya, cékla saláta	Zellerkrémleves tm, pirított kenyérokca, Cigánypecsenye diét., tepsis burgonya, cékla saláta	Zellerkrémleves pép, Cigánypecsenye pép, tepsis burgonya pép	Zellerkrémleves, pirított kenyérokca pép, Cigánypecsenye pép, tepsis burgonya pép	
	<u>tízórai-uzsonna</u>	alma - diab. Csokoládé	alma - diab. Csokoládé	alma - diab. Csokoládé	alma pép - diab. Csokoládé	alma pép- tejszelet	
	<u>vacsora</u>	Tea diab., marg., Baromfi párizsi, kenyér	Tea diab., marg., Baromfi párizsi, kenyér	Tea diab., marg., Baromfi párizsi, kenyér	Tea diab., Baromfi párizsikrém,	Tea, Baromfi párizsikrém, kenyér	
SZOMBAT	25	<u>reggeli</u>	Tea diab., Joghurt natur, kenyér	Tea diab,marg., soproni fv, kenyér	Tea diab, Joghurt natur, kenyér	Tea diab, Joghurt natur, kenyér	Tea, Joghurt natur, kenyér
	<u>ebéd</u>	Erdélyi zöldségleves diét., Tökfőzelék kefires diab, Csirkepörkölt diét.	Erdélyi zöldségleves diét., Tökfőzelék diab. tm., Csirkepörkölt diét.	Erdélyi zöldségleves diét., Tökfőzelék kefires diab, Csirkepörkölt diét.	Erdélyi zöldségleves pép, Tökfőzelék diab. pép, Csirkepörkölt filé pép	Erdélyi zöldségleves diét. pép, Tökfőzelék kefires pép, Csirkepörkölt filé diét. Pép	
	<u>tízórai-uzsonna</u>	alma - dob. Gyümölcspüré	alma - dob. Gyümölcspüré	alma - dob. Gyümölcspüré	alma püré - dob. Gyümölcspüré	banánpüré - dob. Gyümölcspüré	
	<u>vacsora</u>	Tea diab., Bácskai hurka, kenyér	Tea diab., Bácskai hurka, kenyér	Tea diab., Bácskai hurka, kenyér	Tea diab., Bácskai hurka krém, kenyér	Tea, Bácskai hurka krém, kenyér	
VASÁRNAP	26	<u>reggeli</u>	Tea diab., marg., Trappista sajt, kenyér	Tea diab, marg., Szendvics szelet, kenyér	Tea diab., marg., Trappista sajt, kenyér	Tea diab., kockasajt 2db, kenyér	Tea, kockasajt 2db, kenyér
	<u>ebéd</u>	Húsleves, Csirkepaprikás diét., tészta köret	Húsleves, Gombapaprikás diét. tm., tészta köret	Húsleves, Gombapaprikás diét. tm., tészta köret	Húsleves pép, Gombapaprikás pép., tészta köret pép	Húsleves pép, Csirkepaprikás (csirkecomb filé) diét. pép., tészta köret pép	
	<u>tízórai-uzsonna</u>	mandarin - diab. Van.krémtúró	mandarin - Diab. Omlós keksz	mandarin - diab. Van.krémtúró	mandarin pép- diab. Van.krémtúró	mandarin pép- Puding	
	<u>vacsora</u>	Tea diab., Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea diab., Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea diab., Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea diab., Baromfi pástétom 105g, kenyér	Tea, Baromfi pástétom 105g, kenyér	

AZ ÉTLAPVALTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus

.....
Intézményi orvos

.....
Intézményvezető