



**FŐVÁROSI ÖNKORMÁNYZAT IDŐSEK OTTHONA**  
**BUDAPEST 1173. PESTI ÚT 117.**  
 2026. Március 23- től - március 29 - ig

		13.HÉT	NORMÁL	DEMENS	ZSÍR-ÉS FÜSZERSZEGÉNY	CUKROS	PÉPES	GLUTÉNMENTES
HÉTFŐ	23	reggeli	Tea, marg., főtt tojás, kenyér	Tea, főtt tojáskrém, kenyér	Tea, marg., Olasz felvágott, kenyér	Tea diab., marg., főtt tojás, kenyér	Tea, főtt tojáskrém, kenyér	Tea, marg., főtt tojás, kenyér glm.
		ebéd	Újházi csirkeraguleves, Tiroli almás, túrós rétes	Újházi csirkeraguleves, Tiroli almás, túrós rétes	Újházi csirkeraguleves zöldborsó nélk., Tiroli almás, túrós rétes	Újházi csirkeraguleves, Tiroli almás rétes Zdb	Újházi csirkeraguleves pép, Tejbedara kakaó szórattal	Újházi csirkeraguleves glm., Tejberizs kakaó szórattal
		tízórai-uzsonna	tej - körte	tej - körtepép	tej - körte	tej - körte	tej - körtepép	tej - körte
		vacsora	Tea, marg., Kópé felvágott, kenyér, paradicsom	Tea, marg., Kópé felvágott, kenyér	Tea, marg., Kópé felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Kópé felvágott, kenyér, paradicsom	Tea, Kópé felvágottkrém, kenyér	Tea, marg., Kópé felvágott, kenyér glm., paradicsom
KEDD	24	reggeli	Tea, Főtt krinolin mustárral, kenyér	Tea, Főtt krinolin, kenyér	Tea, Főtt krinolin, kenyér	Tea diab., Főtt krinolin mustárral, kenyér	Tea, Főtt krinolin krém, kenyér	Tea, Főtt krinolin mustárral, kenyér glm.
		ebéd	Erőleves, Fejtett babfőzelék, Főtt,füst.tarja	Erőleves, Fejtett babfőzelék, Főtt,füst.tarja	Erőleves, Burgonyafőzelék kefires, sertés aprópecsenye diét.	Erőleves, Fejtett babfőzelék, Főtt,füst.tarja	Erőleves pép, Fejtett babfőzelék pép, Főtt,füst.tarja pép	Erőleves glm., Fejtett babfőzelék glm., Főtt,füst.tarja
		tízórai-uzsonna	Tej- Túró rudi	Tej- Túró rudi	Tej- Túró rudi	Tej- Túró rudi diab.	Tej- Túró rudi	Tej- Túró rudi
		vacsora	Tea, Májkrém, kenyér	Tea, Májkrém, kenyér	Tea, Májkrém, kenyér	Tea diab., Májkrém, kenyér	Tea, Májkrém, kenyér	Tea, Májkrém, kenyér glm.
SZERDA	25	reggeli	Tea, Tömlős sajt, kenyér	Tea, Sajtkrém, kenyér	Tea, Tömlős sajt, kenyér	Tea diab., Tömlős sajt, kenyér	Tea, Sajtkrém, kenyér	Tea, Tömlős sajt, kenyér glm.
		ebéd	Daragaluska leves, Eszterházy sertéstokány, tészta köret	Daragaluska leves, Eszterházy sertéstokány, tészta köret	Daragaluska leves, Eszterházy sertéstokány diét., tészta köret	Daragaluska leves, Eszterházy sertéstokány diab., tészta köret	Daragaluska leves pép, Eszterházy sertéstokány pép, tészta köret	Daragaluska leves glm., Eszterházy sertéstokány glm., tészta köret glm.
		tízórai-uzsonna	Tej - banán	Tej - banánpüré	Tej - banán	Tej - alma-őszibarack püré dob.	Tej - banánpüré	Tej - banán
		vacsora	Tea, marg., Zala felvágott, kenyér, retek	Tea, marg., Zala felvágott, kenyér	Tea, marg., Zala felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér, retek	Tea, Zala felvágottkrém, kenyér	Tea, marg., Zala felvágott, kenyér glm., retek
CSÜTÖRTÖK	26	reggeli	Tea, Tejeskávé, marg., Molnárika, kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Kalács, kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Molnárika, kenyér	Tea diab., Tejeskávé diab., marg., Diab.Molnárika, kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Kalács, kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Kalács glm., kenyér
		ebéd	Gombaleves, Paprikás burgonya kolbásszal, Káposztával töltött paprika	Gombaleves, Paprikás burgonya kolbásszal	Hamis húsleves, Paprikás burgonya virslivel diét., cékla saláta	Gombaleves, Paprikás burgonya kolbásszal, Káposztával töltött paprika	Gombaleves pép, Paprikás burgonya kolbásszal pép	Gombaleves glm., Paprikás burgonya kolbásszal, Káposztával töltött paprika
		tízórai-uzsonna	alma-körte püré dob.- Tejszelet	alma-körte püré dob.- Tejszelet	alma-körte püré dob.- Tejszelet	alma-körte püré dob. - diab. csokoládé	alma-körte püré dob.- Tejszelet	alma-körte püré dob. - keksz glm.
		vacsora	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.
PÉNTEK	27	reggeli	Tea, Magyaros szendvicstúró, kenyér	Tea, Magyaros szendvicstúró, kenyér	Tea, Natur szendvicstúró, kenyér	Tea diab., Magyaros szendvicstúró, kenyér	Tea, Magyaros szendvicstúró, kenyér	Tea, Magyaros szendvicstúró, kenyér glm.
		ebéd	Brokkoli krémleves pir.zsemlecockával, Töltött csirkecomb, zöldséges rizs, csemege uborka	Brokkoli krémleves, Töltött csirkecomb filé, karottás rizs	Brokkoli krémleves pir.zsemlecockával, Töltött csirkecomb diét., karottás rizs, cékla saláta	Brokkoli krémleves pir.zsemlecockával, Töltött csirkecomb, zöldséges rizs, csemege uborka	Brokkoli krémleves, Töltött csirkecomb filé pép, karottás rizs pép	Brokkoli krémleves glm., Töltött csirkecomb glm., zöldséges rizs, csemege uborka
		tízórai-uzsonna	Tej - Bombi szelet	Tej - Sportszelet	Tej - Bombi szelet	Tej - Diab. Van. Krémtúró	Tej - Sportszelet	Tej - Sportszelet
		vacsora	Tea, marg., Pulyka veronai felvágott kenyér	Tea, marg., Pulyka veronai felvágott kenyér	Tea, marg., Pulyka veronai felvágott kenyér	Tea diab., marg., Pulyka veronai felvágott kenyér	Tea, Pulyka veronai felvágottkrém, kenyér	Tea, marg., Pulyka veronai felvágott, kenyér glm.
SZOMBAT	28	reggeli	Tea, marg., Trappisat sajt, kenyér	Tea, marg., Trappisat sajt, kenyér	Tea, marg., Trappisat sajt, kenyér	Tea diab., marg., Trappisat sajt, kenyér	Tea, Sajtkrém, kenyér	Tea, marg., Trappisat sajt, kenyér glm.
		ebéd	Tavaszi zöldségleves, Tökfőzelék, Sertéssült	Tavaszi zöldségleves, Tökfőzelék, Sertéssült	Tavaszi zöldségleves diét., Tökfőzelék kefires, Sertéssült	Tavaszi zöldségleves, Tökfőzelék diab., Sertéssült	Tavaszi zöldségleves pép, Tökfőzelék pép, Sertéssült pép	Tavaszi zöldségleves glm., Tökfőzelék glm., Sertéssült
		tízórai-uzsonna	Tej - almás pite	Tej - almás pite	Tej - almás pite	Tej - Diab. Puding	Tej - Puding	Tej - vaníliás krémtúró
		vacsora	Tea, Disznósajt, kenyér, zöldhagyma	Tea, Disznósajt, kenyér	Tea, marg., Touszt sonka, kenyér	Tea diab., Disznósajt, kenyér, zöldhagyma	Tea, Touszt sonkkrém, kenyér	Tea, Disznósajt, kenyér glm., zöldhagyma
VASÁRNAP	29	reggeli	Gy.tea, marg., Kefir, korpás zsemle, kenyér	Gy.tea, marg., Kefir, kenyér	Gy.tea, marg., Kefir, korpás zsemle, kenyér	Gy.tea diab., marg., Kefir, korpás zsemle, kenyér	Gy.tea, marg., Kefir, kenyér	Gy.tea, marg., Kefir, korpás zsemle, kenyér glm.
		ebéd	Csontleves, Pulykapörkölt, tarhonya, cékla saláta	Csontleves, Pulykapörkölt, tarhonya	Csontleves, Pulykapörkölt diét., tarhonya, cékla saláta	Csontleves, Pulykapörkölt, tarhonya, cékla saláta	Csontleves pép, Pulykapörkölt pép, tarhonya pép	Csontleves glm., Pulykapörkölt glm., tarhonya glm., cékla saláta
		tízórai-uzsonna	alma - piskóta szelet	almapép - piskóta szelet	alma - piskóta szelet	alma - diab. Gyüm.joghurt	almapép - piskóta szelet	alma - túró rudi
		vacsora	Gy.Tea, marg., Szendvics szelet, kenyér, zöldpaprika	Gy.Tea, marg., Szendvics szelet, kenyér	Gy.Tea, marg., Szendvics szelet, kenyér	Gy.Tea diab., marg., Szendvics szelet, kenyér, zöldpaprika	Gy.Tea, Szendvics szeletkrém, kenyér	Gy.Tea, marg., Szendvics szelet, kenyér glm., zöldpaprika

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

.....  
 élelmészvezető

.....  
 dietetikus

.....  
 intézményi orvos

.....  
 intézményvezető



**FŐVÁROSI ÖNKORMÁNYZAT IDŐSEK OTTHONA**  
**BUDAPEST 1173. PESTI ÚT 117.**  
 2026. Március 23- től -Március 29 - ig

13.HÉT		CUKROS-EPÉS	CUKROS-TEJ- TEJTERMÉK MENTES- FEHÉRJESZEGÉNY	CUKROS-COLITIS	DIAB - PÉPES	EPÉS - PÉPES
HÉTFŐ	reggeli	Tea diab., marg., Olasz felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Olasz felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Olasz felvágott, kenyér	Tea diab., főtt tojáskrém, kenyér	Tea, Olasz felvágottkrém, kenyér
	ebéd	Újházi csirkeraguleves zöldborsó nélk., Tiroli almás rétes 2db	Újházi csirkeraguleves zöldborsó nélk., Tiroli almás rétes 2db	Újházi csirkeraguleves zöldborsó nélk., Tiroli almás rétes 2db	Újházi csirkeraguleves pép, Tejbedara diab. kakaó szóráttal	Újházi csirkeraguleves pép, Tejbedara kakaó szóráttal
	tízórai-uzsonna	tej - körte	körte- körte	körte- körte	tej - körtepép	tej - körtepép
	vacso	Tea diab., marg., Kópé felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Kópé felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Kópé felvágott, kenyér	Tea diab., Kópé felvágottkrém, kenyér	Tea, Kópé felvágottkrém, kenyér
KEDD	reggeli	Tea diab., Főtt krinolin, kenyér	Tea diab., Főtt krinolin, kenyér	Tea diab., Főtt krinolin, kenyér	Tea diab., Főtt krinolin, kenyér	Tea, Főtt krinolin, kenyér
	ebéd	Erőleves, Burgonyafőzelék kefires, sertés aprópecsenye diét.	Erőleves, Burgonyafőzelék tm., sertés aprópecsenye diét.	Erőleves, Burgonyafőzelék tm., sertés aprópecsenye diét.	Erőleves pép, Fejtett babfőzelék pép, Főtt,füst.tarja pép	Erőleves pép, Burgonyafőzelék kefires pép, sertés aprópecsenye diét. Pép
	tízórai-uzsonna	Tej- Túró rudi diab.	alma - diab. nápolyi	alma - diab. nápolyi	Tej- Túró rudi diab.	Tej- Túró rudi
	vacso	Tea diab., Májkrém, kenyér	Tea diab., Májkrém, kenyér	Tea diab., Májkrém, kenyér	Tea diab., Májkrém, kenyér	Tea, Májkrém, kenyér
SZERDA	reggeli	Tea diab., Tömlős sajt, kenyér	Tea diab, marg., Löncs felvágott, kenyér	Tea diab., Tömlős sajt, kenyér	Tea diab., Sajtkrém, kenyér	Tea, Sajtkrém, kenyér
	ebéd	Daragaluska leves, Eszterházy sertéstokány diab.diét., tészta köret	Daragaluska leves, Eszterházy sertéstokány diab.tm., tészta köret	Daragaluska leves, Eszterházy sertéstokány diab.tm., tészta köret	Daragaluska leves pép, Eszterházy sertéstokány diab. pép, tészta köret	Daragaluska leves pép, Eszterházy sertéstokány diét. pép, tészta köret
	tízórai-uzsonna	Tej - alma-öszibarack püré dob.	körte - alma-öszibarack püré dob.	körte - alma-öszibarack püré dob.	Tej - alma-öszibarack püré dob.	Tej - banánpüré
	vacso	Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Zala felvágott, kenyér	Tea diab., Zala felvágottkrém, kenyér	Tea, Zala felvágottkrém, kenyér
CSÜTÖRTÖK	reggeli	Tea diab., Tejeskávé diab., marg., Diab.Molnárika, kenyér	Tea diab., marg., Diab.mini jam, Kalács diab.tm., kenyér	Tea diab., marg., Diab.mini jam, Kalács diab.tm., kenyér	Tea diab., Tejeskávé diab., marg., Kalács diab., kenyér	Tea, Tejeskávé, marg., Kalács, kenyér
	ebéd	Hamis húseles, Paprikás burgonya virslivel diét., cékla saláta	Hamis húseles, Paprikás burgonya virslivel diét., cékla saláta	Hamis húseles, Paprikás burgonya virslivel diét., cékla saláta	Gombaleves pép, Paprikás burgonya kolbásszal pép	Hamis húseles pép, Paprikás burgonya virslivel diét.pép
	tízórai-uzsonna	alma-köret püré dob. - diab. csokoládé	alma-köret püré dob. - diab. csokoládé	alma-köret püré dob. - diab. csokoládé	alma-köret püré dob. - diab. csokoládé	alma- körtepüré dob. - Tejszelet
	vacso	Tea diab., marg. Baromfi párizsi, kenyér	Tea diab., marg. Baromfi párizsi, kenyér	Tea diab., marg. Baromfi párizsi, kenyér	Tea diab., Baromfi párizsikrém, kenyér	Tea, Baromfi párizsikrém, kenyér
PÉNTEK	reggeli	Tea diab., Natur szendvicstúró, kenyér	Tea diab., Topico, kenyér	Tea diab., Natur szendvicstúró, kenyér	Tea diab., Magyaros szendvicstúró, kenyér	Tea, Natur szendvicstúró, kenyér
	ebéd	Brokkoli krémleves pir.zsemlecockával, Töltött csirkecomb diét., karottás rizs, cékla saláta	Brokkoli krémleves Tm. pir.zsemlecockával, Töltött csirkecomb diét., karottás rizs, cékla saláta	Brokkoli krémleves Tm. pir.zsemlecockával, Töltött csirkecomb diét., karottás rizs, cékla saláta	Brokkoli krémleves, Töltött csirkecomb filé pép, karottás rizs pép	Brokkoli krémleves, Töltött csirkecomb diét. filé pép, karottás rizs pép
	tízórai-uzsonna	Tej - Diab. Van. Krémtúró	körte- ivólé 100%	körte- ivólé 100%	Tej - Diab. Van. Krémtúró	Tej - Sportszelet
	vacso	Tea diab., marg., Pulyka veronai felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Pulyka veronai felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Pulyka veronai felvágott, kenyér	Tea, Pulyka veronai felvágottkrém, kenyér	Tea, Pulyka veronai felvágottkrém, kenyér
SZOMBAT	reggeli	Tea diab., marg., Trappisat sajt, kenyér	Tea diab., marg., Soproni felvágott, kenyér	Tea diab., marg., Trappisat sajt, kenyér	Tea diab., Sajtkrém, kenyér	Tea, Sajtkrém, kenyér
	ebéd	Tavaszi zöldségleves diét., Tökfőzelék kefires, Sertéssült	Tavaszi zöldségleves diét., Tökfőzelék tm.diab., Sertéssült	Tavaszi zöldségleves diét., Tökfőzelék tm.diab., Sertéssült	Tavaszi zöldségleves pép, Tökfőzelék diab. pép, Sertéssült pép	Tavaszi zöldségleves diét.pép, Tökfőzelék diab. Diét. pép, Sertéssült pép
	tízórai-uzsonna	Tej - Diab. Puding	ivólé 100% - diab.nápolyi	ivólé 100% - diab.nápolyi	Tej - Diab. Puding	Tej - Puding
	vacso	Tea diab., marg., Touszt sonka, kenyér	Tea diab., marg., Touszt sonka, kenyér	Tea diab., marg., Touszt sonka, kenyér	Tea diab., Touszt sonkakrém, kenyér	Tea, Touszt sonkakrém, kenyér
VASÁRNAP	reggeli	Gy.tea diab., marg., Kefir, korpás zsemle, kenyér	Gy.tea diab., marg., Olasz felvágott, zsemle, kenyér	Gy.tea diab., marg., Kefir, zsemle, kenyér	Gy.tea diab., marg., Kefir, kenyér	Gy.tea, marg., Kefir, kenyér
	ebéd	Csontleves, Pulykapörkölt diét., tarhonya, cékla saláta	Csontleves, Pulykapörkölt diét., tarhonya, cékla saláta	Csontleves, Pulykapörkölt diét., tarhonya, cékla saláta	Csontleves pép, Pulykapörkölt pép, tarhonya pép	Csontleves pép, Pulykapörkölt diét. pép, tarhonya pép
	tízórai-uzsonna	alma - diab. Gyüm.joghurt	alma- diab zabrudi	alma- diab zabrudi	almapép - diab. Gyüm.joghurt	almapép -Piskóta szelet
	vacso	Gy.Tea diab., marg., Szendvics szelet, kenyér	Gy.Tea diab., marg., Szendvics szelet, kenyér	Gy.Tea diab., marg., Szendvics szelet, kenyér	Gy.Tea diab., Szendvics szeletkrém, kenyér	Gy.Tea, Szendvics szeletkrém, kenyér

*AZ ÉTLAPVALTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!*

.....  
élelmészvezető

.....  
dietétikus

.....  
intézményi orvos

.....  
intézményvezető