



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



Tételes étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 04. 22. kedd	(00001) Normál A. menü	E	BrokkolikréMLEVES * K.	717,99	171,46	6,70	9,52	3,50	15,75	0,00	3,05		
			Csirkecomb Jóasszony módra K.	1 502,92	359,49	35,53	20,90	6,59	7,12	0,00	3,01		
			Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02		
			Összesen:	3 782,17	904,46	50,29	33,51	10,46	100,79	0,00	6,08		
	(00002) Normál B. menü	E	Jókai bableves	1 889,69	452,08	21,20	23,92	7,66	37,39	0,00	5,24		
			Almás lepény-házi K.	3 541,71	847,30	21,92	30,79	7,92	125,59	46,95	0,50		
			Összesen:	5 431,40	1 299,38	43,12	54,71	15,58	162,98	46,95	5,74		
	(00003) Normál C. menü	E	Fetás töltött borda K.	2 010,89	481,07	32,31	28,09	10,57	24,18	0,00	5,54		
			Hasáb burgonya K.	986,88	236,10	6,25	0,69	0,08	50,00	0,00	0,03		
			Almakompót K.	362,93	86,82	0,54	0,56	0,01	19,31	9,99	0,01		
			Összesen:	3 360,70	803,99	39,10	29,34	10,66	93,49	9,99	5,58		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 22. kedd	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Sajtkrém leves K.	1 224,67	292,68	15,93	22,92	12,36	6,52	0,00	1,21	 	
			Csopaki pulyka fehérapró K.	1 037,36	248,17	25,56	9,91	3,13	13,76	0,00	2,20		
			Tésztaköret 100 g	1 780,59	425,98	15,00	8,04	1,15	72,90	0,00	5,54	 	
			Összesen:	4 042,62	966,83	56,49	40,87	16,64	93,18	0,00	8,95		
	(00005) Diabetikus	E	5. Brokkolikrémleves * K.	858,33	205,04	6,70	13,23	3,92	15,75	0,00	0,10	  	
			5. Csirkecomb Jóasszony mód	1 581,68	378,33	29,26	25,83	6,93	6,97	0,00	0,98	 	
			5. Párolt rizsköret 100 g K.	780,63	186,76	4,03	1,55	0,19	38,96	0,00	0,01		
			Összesen:	3 220,64	770,13	39,99	40,61	11,04	61,68	0,00	1,09		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 › MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU › WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 22. kedd	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Brokkolipüreleves * K.	488,28	116,81	7,04	1,66	0,62	17,11	0,00	0,18		
			Bazsalikomos csirkecomb 6.	1 227,89	293,57	33,58	14,30	4,14	8,02	0,00	0,37		
			6. Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02		
			Összesen:	3 277,43	783,89	48,68	19,05	5,13	103,05	0,00	0,57		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Brokkolikrémleves * K.	824,72	197,00	5,05	12,80	3,83	16,23	0,00	0,03		
			7. Csirkecomb Jóasszony módra	1 583,32	378,72	29,18	25,83	6,93	7,05	0,00	0,98		
			7. Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02		
			Összesen:	3 969,30	949,23	42,29	41,72	11,13	101,20	0,00	1,03		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 22. kedd	(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Brokkolikrémleves * K.	858,33	205,34	6,70	13,23	3,92	15,75	0,00	0,10	  	
			8. Csirkecomb Jóasszony módra	1 581,68	378,39	29,26	25,83	6,93	6,97	0,00	0,98	  	
			8. Párolt rizsköret 100g K.	1 736,68	415,47	8,06	7,73	0,90	77,92	0,00	0,02		
			Összesen:	4 176,69	999,20	44,02	46,79	11,75	100,64	0,00	1,10		
	(00011) Normál JOKER menü	E	Hagymás-gombás csibemáj-JOKER	1 547,71	370,27	43,68	16,87	3,98	10,45	0,00	3,73		
			Petrezselymes burgonya 300 K.	1 374,58	328,85	8,63	4,44	1,19	62,06	0,00	0,54	  	
			Almakompót K.	362,93	86,82	0,54	0,56	0,01	19,31	9,99	0,01		
			Összesen:	3 285,22	785,94	52,85	21,87	5,18	91,82	9,99	4,28		
	(00001) Normál A. menü	E	Zöldborsóleves K.	714,73	170,99	9,52	3,78	0,42	24,25	0,00	0,59	  	
			Borzas sertés borda K.	1 343,74	321,47	24,78	17,40	4,03	15,98	0,00	2,14	  	
			Margarinos burgonya 300 K.	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	0,09	  	
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04		
			Összesen:	3 629,93	868,41	43,59	26,19	5,70	111,84	5,00	2,86		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 23. szerda	(00002) Normál B menü	E	Hamisgulyás leves K.	1 278,87	305,95	8,11	7,68	0,91	50,02	0,00	0,14					
			Paradicsomos húsgombóc K.	1 806,73	432,23	18,91	20,41	7,03	42,63	14,99	3,41					
			Tört burgonya 100 K	444,57	106,36	2,50	1,59	0,18	20,00	0,00	0,01					
			Összesen:	3 530,17	844,54	29,52	29,68	8,12	112,65	14,99	3,56					
	(00003) Normál C menü	E	Tejsz.-must. cs.mell kockák K	1 307,01	312,68	26,59	19,48	6,35	7,35	0,00	3,21					
			Tésztaköret 100 g	1 780,59	425,98	15,00	8,04	1,15	72,90	0,00	5,54					
			Reszelt sajt K	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46					
			Összesen:	4 020,25	961,78	58,21	44,38	18,22	81,21	0,00	10,21					
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Zöldborsóleves K.	714,73	170,99	9,52	3,78	0,42	24,25	0,00	0,59					
			Cs.mellfilé Dubarry módra K.	1 559,88	373,18	35,89	18,69	5,60	14,89	0,00	3,72					
			Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02					
			Összesen:	3 835,87	917,68	53,47	25,56	6,39	117,06	0,00	4,33					



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 23. szerda	(00005) Diabetikus	E	5. Hamisgulyás	577,09	138,06	2,80	4,96	0,56	19,96	0,00	0,11		
			5. Paradicsomos húsgombóc K	1 832,18	438,32	21,91	21,01	7,03	39,64	0,00	1,35		
			5. Tört burgonya 100 K	88,91	21,27	0,50	0,31	0,03	4,00	0,00	0,00		
			Összesen:	2 498,18	597,65	25,21	26,28	7,62	63,60	0,00	1,46		
	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Zöldborsópüreleves * K.	473,11	113,18	7,30	0,80	0,08	18,90	0,00	0,14		
			6. Borzas sertés borda K.	1 160,49	277,63	24,34	13,19	3,55	15,00	0,00	0,23		
			6. Margarinos burgonya 300 K.	1 231,64	294,65	7,50	2,07	0,47	60,01	0,00	0,11		
			Összesen:	2 865,24	685,46	39,14	16,06	4,10	93,91	0,00	0,48		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Zöldborsóleves *mir.* K	1 245,97	298,08	10,41	12,99	2,12	34,15	0,00	0,60		
			7. Borzas sertés borda K.	1 348,64	322,64	24,55	17,40	4,03	16,22	0,00	0,66		
			7. Margarinos burgonya 300 K.	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	0,09		
			Összesen:	3 929,81	940,15	42,47	35,19	7,37	110,39	0,00	1,35		





KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 24. csütörtök	(00003) Normál C menü	E	Sertés Cordon Bleu	1 723,51	412,32	37,12	23,81	7,92	11,76	0,00	1,46		
			Vajas burgonya 300g K	1 410,07	337,34	9,21	4,85	1,43	62,67	0,00	0,15		
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04		
			Összesen:	3 369,84	806,18	48,11	28,87	9,38	86,02	5,00	1,65		
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Csontleves tésztabetéttel K.	412,05	98,58	5,04	3,54	0,11	11,92	0,00	0,19		
			Halfilé gombamártásban * K	924,06	220,94	29,24	7,44	1,84	9,46	0,00	3,22		
			Vajas burgonya 300g K	1 410,07	337,34	9,21	4,85	1,43	62,67	0,00	0,15		
			Összesen:	2 746,18	656,86	43,49	15,83	3,38	84,05	0,00	3,56		
	(00005) Diabetikus	E	5. Őszibarack leves K.	714,10	170,35	4,16	9,79	4,95	17,84	0,00	0,01		
			5. Csirkecomb rabló raguval K.	2 151,27	514,66	33,89	39,13	13,37	6,10	0,00	2,48		
			5. Vajas burgonya 300g K.	846,04	202,40	5,52	2,91	0,85	37,60	0,00	0,09		
			Összesen:	3 711,41	887,41	43,57	51,83	19,17	61,54	0,00	2,58		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 24. csütörtök	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Sertés raguleves K.	592,50	141,75	14,46	5,36	1,82	8,73	0,00	0,26	  	
			6. Kétsajtos metélt K.	2 126,54	508,74	29,96	17,78	8,81	56,61	0,00	1,54	  	
			Összesen:	2 719,04	650,49	44,42	23,14	10,63	65,34	0,00	1,80		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Tárkonyos sert.ragu leves	1 656,84	396,07	16,82	26,17	8,96	26,17	0,00	1,05		
			7. Piskóta tekercs K.	2 814,41	673,29	16,43	10,00	2,48	127,42	91,55	0,52	  	
			Összesen:	4 471,25	1 069,36	33,25	36,17	11,44	153,59	91,55	1,57		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 24. csütörtök	(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Tárkonyos sert.ragu leves	1 673,16	400,28	17,67	26,38	9,00	25,90	0,00	1,09	  	
			8. Piskóta tekercs K.	2 801,34	670,17	17,03	10,00	2,48	126,78	91,55	0,53	  	
			Összesen:	4 474,50	1 070,45	34,70	36,38	11,48	152,68	91,55	1,62		
2025. 04. 25. péntek	(00011) Normál JOKER menü	E	Sült csirkecomb K.	939,37	224,73	31,35	10,58	2,28	0,75	0,00	0,36		
			Amerikai káposztasaláta- JOKER	1 714,45	410,16	7,56	30,61	10,16	25,13	2,00	2,37	     	
			Összesen:	2 653,82	634,89	38,91	41,19	12,44	25,88	2,00	2,73		
2025. 04. 25. péntek	(00001) Normál A.menü	E	Csurgatott tojás leves K.	420,94	100,70	4,34	5,35	0,94	8,68	0,00	3,02	 	
			Burgonya főzelék K.	1 446,43	345,43	8,96	12,54	6,24	50,43	0,00	1,99	 	
			Sült főtt füstölt tarja K.	999,46	239,11	15,00	19,64	5,67	0,30	0,00	7,00		
			Összesen:	2 866,83	685,24	28,30	37,53	12,85	59,41	0,00	12,01		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 25. péntek	(00002) Normál B menü	E	Orja leves K.	479,85	114,80	5,53	3,54	0,11	15,37	0,00	0,70				
			Tavaszi sertésszelet	1 280,63	306,37	14,79	22,49	6,60	10,77	0,00	3,33				
			Tészta köret (klf.) 100 g K.	1 708,84	408,81	17,00	6,86	1,12	69,29	0,00	0,70				
			Összesen:	3 469,32	829,98	37,32	32,89	7,83	95,43	0,00	4,73				
	(00003) Normál C menü	E	Hagymás bund.sült cs.combfilé	1 541,11	368,69	41,36	15,88	3,18	14,63	0,00	2,57				
			Korong burgonya 300 K.	1 176,89	281,55	7,50	0,63	0,08	60,00	0,00	2,98				
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04				
			Összesen:	2 954,26	706,76	50,64	16,72	3,29	86,22	5,00	5,59				
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Pulyka becsinált leves K.	1 460,21	349,03	23,63	18,85	6,18	21,86	0,00	5,99				
			Sajtos csiga (2 db)	3 374,75	807,36	42,92	30,22	9,52	105,15	5,00	2,89				
			Összesen:	4 834,96	1 156,39	66,55	49,07	15,70	127,01	5,00	8,88				



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 25. péntek	(00005) Diabetikus	E	5. Csurgatott tojás lev. K.	823,94	197,11	7,31	11,53	1,84	15,79	0,00	0,12	 	
			5. Burgonya főzelék	1 145,45	273,91	6,51	7,52	1,81	44,53	0,00	0,02	 	
			5. Sült főtt füstölt tarja K.	999,46	239,11	15,00	19,64	5,67	0,30	0,00	7,00		
			Összesen:	2 968,85	710,13	28,82	38,69	9,32	60,62	0,00	7,14		
	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Orja leves	609,10	145,72	6,79	3,84	0,17	21,29	0,00	0,31	  	
			6. Burgonya főzelék K.	892,05	213,41	8,56	0,54	0,10	42,73	0,00	0,02	 	
			6. Egybevagdalt K.	875,80	209,52	19,63	8,30	2,59	13,91	0,00	0,38	 	
			Összesen:	2 376,95	568,65	34,98	12,68	2,86	77,93	0,00	0,71		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Csurgatott tojás leves K.	978,48	234,08	8,21	11,63	1,84	23,31	0,00	0,11		
			7. Burgonya főzelék K	1 205,18	288,20	6,10	10,29	2,12	42,13	0,00	0,02		
			7. Egybevagdalt K.	955,53	228,59	19,42	9,48	2,70	17,95	0,50	0,21		
			Összesen:	3 139,19	750,87	33,73	31,40	6,66	83,39	0,50	0,34		



KISKUKTA KFT. • 5600 BÉKÉSCSABA, SZILVA KÖZ 3.

TELEFON: +36 66 640 460 • MOBIL: +36 30 709 1566

E-MAIL: KISKUKTAFOZOKONYHA@T-ONLINE.HU • WEB: WWW.KISKUKTAKFT.HU



2025. 04. 25. péntek	(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Csurgatott tojás leves K.	968,68	231,74	8,66	11,63	1,84	22,83	0,00	0,12	🚫🥚🚫🥚	
			8. Burgonya főzelék K	1 201,25	287,38	6,28	10,29	2,12	41,94	0,00	0,02	🚫🥔🚫🥔	
			8. Sült főtt füstölt tarja K.	999,46	239,11	15,00	19,64	5,67	0,30	0,00	7,00		
			Összesen:	3 169,39	758,23	29,94	41,56	9,63	65,07	0,00	7,14		
	(00011) Normál JOKER menü	E	Tejf.-fokh.marha kockák K.	1 577,88	377,24	21,56	28,20	9,01	9,77	0,00	3,15	🚫🥛🚫🥛	
			Tarhonya köret 100 g K.	1 642,18	392,87	17,00	5,09	0,92	69,29	0,00	3,65	🚫🍝🚫🍝	
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04		
			Összesen:	3 456,32	826,63	40,34	33,50	9,96	90,65	5,00	6,84		

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus