



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 2025.06.16. - 2025.06.22.

	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. 06. 16. hétfő	(00001) Normál A. menü	E	Magyaros burgonya leves K.	966,60	231,24	5,96	6,04	0,60	37,52	0,00	5,44		
			Tarkabab főzelék K.	2 370,51	567,11	20,73	30,14	11,29	52,57	0,00	4,93		
			Csemege sertéssült K.	650,73	155,68	16,96	9,28	2,63	0,90	0,00	0,17		
			Összesen:	3 987,84	954,03	43,65	45,46	14,52	90,99	0,00	10,54		
	(00002) Normál B. menü	E	Kertész leves K.	591,32	141,47	7,24	3,68	0,42	19,47	0,00	0,63		
			Csákváry pu.apróhús K.	1 575,84	377,00	27,23	26,42	9,34	7,13	0,00	2,26		
			Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02		
			Összesen:	3 728,42	891,98	42,53	33,19	10,13	104,52	0,00	2,91		
	(00003) Normál C. menü	E	Reszelt almával b. cs.mell K.	805,48	192,70	26,13	2,24	0,48	16,68	0,00	5,12		
			Sült kocka burgonya 300 K.	1 386,34	331,66	7,50	6,17	0,71	60,00	0,00	2,98		
			Őszibefőtt	367,03	87,81	0,50	0,20	0,00	21,20	14,00	0,01		
			Összesen:	2 558,85	612,17	34,13	8,61	1,19	97,88	14,00	8,11		



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. 06. 16. hétfő	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Erőleves K.	285,20	68,23	3,91	3,16	0,04	6,35	0,00	4,32		
			Zöldséges penne K.	2 540,66	607,81	31,58	14,92	5,60	91,73	0,00	3,25		
			Roston sertés falatok K.	1 504,43	359,91	21,12	30,14	10,40	0,62	0,00	0,20		
			Összesen:	4 330,29	1 035,95	56,61	48,22	16,04	98,70	0,00	7,77		
	(00005) Diabetikus	E	5. Kertészleves	502,46	120,21	3,38	5,26	0,61	14,58	0,00	0,60		
			5. Csákváry pu.apróhús K.	1 405,74	336,30	26,98	22,42	7,38	7,38	0,00	0,29		
			5. Párolt rizsköret 100 g K.	780,63	186,76	4,03	1,55	0,19	38,96	0,00	0,01		
			Összesen:	2 688,83	643,27	34,39	29,23	8,18	60,92	0,00	0,90		



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. 06. 16. hétfő	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Erőleves K.	201,19	48,13	2,70	2,48	0,03	4,07	0,00	0,12		
			6. Zöldséges penne K.	2 388,50	571,41	31,95	10,73	3,72	91,74	0,00	1,46		
			6. Roston sertés falatok K.	727,18	173,97	21,12	9,56	3,06	0,66	0,00	0,21		
			Összesen:	3 316,87	793,51	55,77	22,77	6,81	96,47	0,00	1,79		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Magyaros burgonya leves K.	834,55	199,65	4,92	5,90	0,57	31,02	0,00	0,13		
			7. Tarkabab főzelék K.	1 752,34	418,73	16,90	19,61	6,10	44,88	0,00	0,01		
			7. Sült sertés oldalas K.	1 636,56	391,52	21,21	33,33	10,75	1,21	0,00	0,20		
			Összesen:	4 223,45	1 009,90	43,03	58,84	17,42	77,11	0,00	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. 06. 17. kedd	(00002)	E	Reszelt sajt K	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
			Összesen:	3 879,36	928,08	57,46	40,37	17,40	83,28	1,40	6,71		
	(00003)	E	Makói töltöt borda K.	1 928,21	461,29	29,00	28,07	7,29	22,62	0,00	1,47		
			Francia rakott burgonya K.	1 866,68	446,21	13,88	13,27	6,38	67,58	0,00	5,26		
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04		
			Összesen:	4 031,15	964,02	44,66	41,55	13,70	101,79	5,00	6,77		
	(00004)	E	Vajas galuska leves K.	776,72	185,82	7,06	6,13	1,17	25,57	0,00	2,06		
			Töltött karalábé K /db/	2 155,64	515,58	23,92	28,02	9,04	41,59	2,00	2,86		
			Összesen:	2 932,36	701,40	30,98	34,15	10,21	67,16	2,00	4,92		
	(00005)	E	Vajas galuska leves 5.	591,62	141,53	5,44	5,09	0,92	18,52	0,00	0,57		
			5. Töltött karalábé K /db/	2 122,08	507,55	23,92	28,02	9,04	39,59	0,00	2,86		
			Összesen:	2 713,70	649,08	29,36	33,11	9,96	58,11	0,00	3,43		



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. 06. 17. kedd	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Burgonyaleves	721,12	172,52	3,44	6,80	0,77	23,80	0,00	0,09	 	
			6. Sajtos tészta K.	2 341,00	560,05	29,40	17,58	7,09	70,83	0,00	2,00	  	
			Összesen:	3 062,12	732,57	32,84	24,38	7,86	94,63	0,00	2,09		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Tárk.pityóka leves füst.hús	1 459,35	349,13	19,08	25,79	8,66	10,89	0,00	7,94	 	
			7. Túrós metélt	1 908,74	456,33	12,72	10,96	5,38	77,37	0,00	0,03		
			Összesen:	3 368,09	805,46	31,80	36,75	14,04	88,26	0,00	7,97		



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. 06. 17. kedd	(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Orja leves	454,19	108,66	5,29	3,49	0,11	14,19	0,00	0,68		
			8. Töltött karalábé K /db/	2 147,47	513,75	23,90	28,02	9,08	41,09	2,00	2,86		
			Összesen:	2 601,66	622,41	29,19	31,51	9,19	55,28	2,00	3,54		
	(00011) Normál JOKER menü	E	Gyros sertés csíkok K.	987,10	236,15	25,30	14,44	4,03	1,14	0,00	0,25		
			Hasáb burgonya K.	986,88	236,10	6,25	0,69	0,08	50,00	0,00	0,03		
			Pita	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Friss zöldsaláta-JOKER	406,05	97,14	7,02	4,95	2,31	6,05	0,00	0,83		
			Összesen:	2 380,03	569,39	38,57	20,08	6,42	57,19	0,00	1,11		
2025. 06. 18. szerda	(00001) Normál A. menü	E	Zöldborsóleves K.	714,73	170,99	9,52	3,78	0,42	24,25	0,00	0,59		
			Sajt alá bújtatott s.cs.comb K	1 147,63	274,55	26,44	18,25	5,73	0,82	0,00	2,69		
			Tavaszi rizs 80 K.	1 645,53	393,67	9,90	9,72	1,10	69,00	0,00	4,94		
			Összesen:	3 507,89	839,21	45,86	31,75	7,25	94,07	0,00	8,22		



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. 06. 18. szerda	(00002) Normál B menü	E	Paradicsom leves K.	728,58	174,30	5,80	1,22	0,09	34,61	9,99	0,97		
			Csülök Pékné módra K.	2 539,43	607,52	25,22	52,93	16,57	6,78	0,00	5,16		
			Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03		
			Savanyú uborka kg-os	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
			Összesen:	4 606,64	1 102,07	39,12	57,63	17,05	103,99	9,99	8,56		
	(00003) Normál C menü	E	Szez.rántott tr.sajt K.	2 832,59	677,65	39,93	41,76	22,32	34,71	0,00	3,52		
			Hasáb burgonya K.	986,88	236,10	6,25	0,69	0,08	50,00	0,00	0,03		
			Tartármártás K.	914,15	218,70	1,75	17,67	4,04	12,73	9,99	1,12		
			Összesen:	4 733,62	1 132,45	47,93	60,12	26,44	97,44	9,99	4,67		
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Pikáns leves pu. hússal K.	1 702,51	407,30	26,62	16,38	3,70	37,34	0,00	4,50		
			Gesztenyés piskóta kocka K.	3 847,52	920,45	17,53	52,36	13,94	92,85	51,95	0,88		
			Összesen:	5 550,03	1 327,75	44,15	68,74	17,64	130,19	51,95	5,38		



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. 06. 18. szerda	(00005) Diabetikus	E	5. Paradicsom leves K.	721,41	172,59	4,88	7,52	0,83	21,00	0,00	0,68	   	
			5. Csülök Pékné módra K.	2 539,43	607,52	25,22	52,93	16,57	6,78	0,00	0,24		
			5. Tört burgonya 150 g K.	470,90	112,66	3,00	0,26	0,03	24,00	0,00	0,02		
			5. Idénysaláta káp ve K 150g	204,82	49,00	1,93	0,39	0,02	8,82	0,00	0,07	 	
			Összesen:	3 936,56	941,77	35,03	61,10	17,45	60,60	0,00	1,01		
	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (épés)	E	6. Zöldborsópüregleves * K.	473,11	113,18	7,30	0,80	0,08	18,90	0,00	0,14	 	
			6. Bazsalikomos csirkemell K.	755,26	180,68	27,11	4,35	0,81	8,07	0,00	0,24	 	
			6. Tavaszi rizs 80 K.	1 296,45	310,15	9,90	0,49	0,05	69,00	0,00	0,02		
			Összesen:	2 524,82	604,01	44,31	5,64	0,94	95,97	0,00	0,40		
	(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. Sajt alá bújtatott cs.comb	1 147,63	274,55	26,44	18,25	5,73	0,82	0,00	2,69	 	
			7. Tavaszi rizs 80 K.	1 645,53	393,67	9,90	9,72	1,10	69,00	0,00	0,02		
			Összesen:	4 039,13	966,30	46,75	40,96	8,95	103,97	0,00	3,31		



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. 06. 18. szerda	(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Paradicsom leves K.	898,87	215,04	5,80	1,29	0,10	44,60	19,98	0,97	
-------------------------	--------------------------------	---	------------------------	--------	--------	------	------	------	-------	-------	------	--



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. 06. 19. csütörtök	(00002)	E	Rúdban sült vagdalt K.	1 590,64	380,54	18,93	23,26	7,38	23,42	0,00	2,83	  	
			Összesen:	3 514,40	840,29	31,52	42,93	13,29	82,43	2,00	3,09		
	(00003)	E	Kacsamájjal t. cs.mell filé K.	1 550,11	370,84	36,35	23,04	1,36	3,14	0,00	0,66		
			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:	3 196,44	764,70	47,34	28,10	2,82	77,40	5,00	0,85		
	(00004)	E	Sajtkrém leves K.	1 224,67	292,98	15,93	22,92	12,36	6,52	0,00	1,21	 	
			Brokkolival göngy.jércefilé K.	1 142,23	273,26	34,25	13,17	4,89	4,12	0,00	0,75	 	
			Margarinos burgonya 300 K.	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	0,09		
			Összesen:	3 702,10	885,67	57,69	40,89	18,47	70,66	0,00	2,05		
	(00005)	E	5. Lebbencs leves K.	523,91	125,34	4,34	4,20	0,91	17,41	0,00	0,25	 	
			5. Tökfőzelék *mir.*	865,82	207,14	4,84	10,18	2,08	23,98	0,00	0,06	  	
			5. Rúdban sült vagdalt K.	1 518,80	363,35	18,42	23,21	7,38	19,76	0,00	0,76	  	
			Összesen:	2 908,53	695,83	27,60	37,59	10,37	61,15	0,00	1,07		



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. 06. 19. csütörtök	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Lebbencs leves K.	744,99	178,23	6,13	2,25	0,12	32,96	0,00	0,14		
			6. Tökfőzelék K.	720,60	172,39	6,95	3,21	0,36	28,45	2,00	0,06		
			6. Rúdiban sült vagdalt K.	1 168,35	279,51	21,78	10,69	2,88	23,85	0,00	0,89		
			Összesen:	2 633,94	630,13	34,86	16,15	3,36	85,26	2,00	1,09		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	Csontleves tésztabetét 7.	434,44	103,93	3,52	3,15	0,02	15,72	0,00	0,11		
			7. Lecsós sertés kockák K.	1 734,75	415,01	19,72	34,22	11,61	6,51	0,00	0,56		
			7. Tészta köret (klf.) 100 g	1 455,16	348,12	1,60	5,34	0,53	73,00	0,00	0,00		
			Összesen:	3 624,35	867,06	24,84	42,71	12,16	95,23	0,00	0,67		



2025. 06. 19. csütörtök	(00008) Laktózszegény diéta	E	Csontleves tésztabetéttel K.8.	412,05	98,58	5,04	3,54	0,11	11,92	0,00	0,19	  	
			8. Lecsós sertés kockák K.	1 734,75	415,01	19,72	34,22	11,61	6,51	0,00	0,56		
			8. Tészta köret (klf.) 80 g	1 451,27	347,19	13,60	7,71	1,15	55,43	0,00	0,56	 	
			Összesen:	3 598,07	860,78	38,36	45,47	12,87	73,86	0,00	1,31		
2025. 06. 20. péntek	(00001) Normál JOKER menü	E	Almával sült csirkecomb	2 086,44	499,15	55,85	23,58	4,49	14,97	0,00	5,56		
			Vajas burgonya 300g K	1 410,07	337,34	9,21	4,85	1,43	62,67	0,00	0,15		
			Összesen:	3 496,51	836,49	65,06	28,43	5,92	77,64	0,00	5,71		
(00002) Normál A.menü	Normál B menü	E	Vegyes gyümölcsleves K.	1 234,36	295,30	3,39	10,46	5,06	42,86	25,97	0,50	      	
			Orly csirkecomb filé K.	1 180,93	282,52	35,13	9,02	2,22	14,88	0,00	5,30	 	
			Vajas burgonya 300g K	1 410,07	337,34	9,21	4,85	1,43	62,67	0,00	0,15		
			Összesen:	3 825,36	915,16	47,73	24,33	8,71	120,41	25,97	5,95		
	Normál A.menü	E	Sertés gulyás leves K.	2 332,63	558,05	22,01	29,49	8,02	49,91	0,00	5,64	  	
			Almás lepény-házi K.	3 541,71	847,30	21,92	30,79	7,92	125,59	46,95	0,50	  	
			Összesen:	5 874,34	1 405,35	43,93	60,28	15,94	175,50	46,95	6,14		



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. 06. 20. péntek	(00003) Normál C menü	E	Töltött káposzta K.	2 641,17	631,86	27,44	40,41	14,39	38,56	0,00	5,41	   	
			Kecsztekercs K.	2 307,20	551,96	10,94	16,71	6,11	88,80	28,49	1,09	         	
			Összesen:	4 948,37	1 183,82	38,38	57,12	20,50	127,36	28,49	6,50		
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Vegyes gyümölcsleves K.	1 234,36	295,30	3,39	10,46	5,06	42,86	25,97	0,50	      	
			Zöldborsós sertésragu K.	1 498,14	358,41	16,90	28,61	7,87	7,82	0,00	2,35	 	
			Tésztaköret 100 g	1 780,59	425,98	15,00	8,04	1,15	72,90	0,00	5,54	 	
			Összesen:	4 513,09	1 079,69	35,29	47,11	14,08	123,58	25,97	8,39		
	(00005) Diabetikus	E	5. Vegyes gyüm.lev.*mir.*	404,33	96,61	2,19	2,78	1,24	13,75	0,00	0,01	  	
			5. Zöldborsós sertésragu K.	1 498,14	358,41	16,90	28,61	7,87	7,82	0,00	2,35	 	
			Tészta köret (klf.) 100 g 5.	939,86	224,84	9,35	3,77	0,61	38,10	0,00	0,38	 	
			Összesen:	2 842,33	679,86	28,44	35,16	9,72	59,67	0,00	2,74		



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. 06. 20. péntek	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Vegyes gyüm.leves *mir.*	777,75	186,07	2,65	0,83	0,25	39,45	24,98	0,05	 	
			6. Orly csirkecomb filé	845,49	202,27	22,59	5,85	1,43	14,58	0,00	5,16	 	
			6. Vajas burgonya 300g K.	1 323,77	316,69	9,20	2,58	0,81	62,66	0,00	0,17		
			Összesen:	2 947,01	705,03	34,44	9,26	2,49	116,69	24,98	5,38		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Vegyes gyümölcslev. *mir.*	824,75	197,19	1,88	2,95	1,27	38,71	24,98	0,02		
			7. Orly csirkecomb filé	853,82	204,26	22,29	5,90	1,43	14,90	0,00	0,24		
			7. Vajas burgonya 300g K.	1 410,07	337,34	9,21	4,85	1,43	62,67	0,00	0,15		
			Összesen:	3 088,64	738,79	33,38	13,70	4,13	116,28	24,98	0,41		





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. 06. 21. szombat	(00002)	E	Vanillasodó	753,86	180,35	5,18	2,26	1,22	34,66	19,98	0,20	    	
			Összesen:	5 637,32	1 348,46	46,29	52,54	17,45	171,68	61,44	4,20		
	(00003)	E	Gyros cs.mell csíkok K.	880,00	210,53	37,15	6,22	0,93	1,41	0,00	0,29	       	
			Hasáb burgonya K.	986,88	236,10	6,25	0,69	0,08	50,00	0,00	0,03		
			Tzatziki saláta K.	250,22	59,86	3,17	1,37	0,61	8,39	0,00	2,10		
			Összesen:	2 117,10	506,49	46,57	8,28	1,62	59,80	0,00	2,42		
	(00004)	E	Minestra leves *mir.* K	438,34	104,87	3,54	3,55	0,42	14,43	0,00	4,50	  	
			Orly karfiol *mir.*K.	851,71	203,76	9,53	8,07	1,19	23,00	0,00	0,12	  	
			Rántott pecsenye kacsamáj K.	3 022,27	723,03	22,88	57,11	2,30	25,71	0,00	5,33	 	
			Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03		
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04		
			Összesen:	5 829,67	1 394,66	45,23	72,32	4,33	134,73	5,00	10,02		
	(00005)	E	5. Csontleves tésztabetéttel	373,30	89,31	4,63	3,44	0,09	10,25	0,00	0,17	  	
			5. Húsgombóc K.	1 288,80	308,33	16,21	19,67	6,95	16,24	0,00	0,15		
			5. Zöldségmártás K	309,28	73,99	1,30	5,01	1,05	6,04	0,00	0,05	  	



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. 06. 21. szombat	(00005) Diétás	E	Tészta köret (klf.) 100 g 5.	854,42	204,41	8,50	3,43	0,56	34,65	0,00	0,35	 	
			Összesen:	2 825,80	676,04	30,64	31,55	8,65	67,18	0,00	0,72		
	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Csontleves tésztabetét K.	410,93	98,31	5,03	3,54	0,11	11,93	0,00	0,19	  	
			6. Sertés borda Orly módra	944,15	225,87	22,68	8,46	2,85	14,49	0,00	5,13	 	
			6. Zöldséges rizs köret 100 K.	1 553,08	371,55	9,79	0,49	0,07	81,57	0,00	0,10		
			Almakompót K.6.	362,93	86,82	0,54	0,56	0,01	19,31	9,99	0,01		
			Összesen:	3 271,09	782,55	38,04	13,05	3,04	127,30	9,99	5,43		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	Csontleves tésztabetét 7.	434,44	103,93	3,52	3,15	0,02	15,72	0,00	0,11		
			7. Sertés borda Orly módra	952,47	227,86	22,38	8,51	2,85	14,81	0,00	0,22		
			Mexikói rizs köret 100 K.7.	1 641,69	392,75	11,01	0,59	0,06	81,76	0,00	0,02		
			7. Céklasaláta K.	322,85	77,24	2,07	0,22	0,00	16,12	6,99	0,37		
			Összesen:	3 351,45	801,78	38,98	12,47	2,93	128,41	6,99	0,72		



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. 06. 21. szombat	(00008) Laktózszegény diéta	E	Csontleves tésztabetéttel K.8.	412,05	98,58	5,04	3,54	0,11	11,92	0,00	0,19	  	
			8. Sertés borda Orly módra	945,94	226,30	22,68	8,51	2,85	14,49	0,00	0,22	 	
			Mexikói rizs köret 100 K.8.	1 641,69	392,75	11,01	0,59	0,06	81,76	0,00	0,02		
			8. Céklasaláta K.	322,85	77,24	2,07	0,22	0,00	16,12	6,99	0,37		
			Összesen:	3 322,53	794,87	40,80	12,86	3,02	124,29	6,99	0,80		
2025. 06. 22. vasárnap	(00001) Normál A.menü	E	Brokkolikrémleves * K.	717,99	171,77	6,70	9,52	3,50	15,75	0,00	3,05	  	
			Csibemáj csirke rolád K.	1 129,44	270,20	35,41	12,19	2,03	4,39	0,00	0,71		
			Rizi-bizi K. 80+40g	1 577,76	377,45	9,64	6,94	0,78	68,58	0,00	0,45		
			Vegyes saláta K.	213,10	50,98	1,62	0,22	0,03	10,41	5,00	0,03		
			Összesen:	3 638,29	870,40	53,37	28,87	6,34	99,13	5,00	4,24		
	(00002) Normál B menü	E	Tarhonyaleves K.	1 144,34	273,77	6,49	9,19	2,05	40,31	0,00	0,34	 	
			Paradicsomos káposztafőzelék K	1 020,87	244,23	6,06	8,20	0,88	35,77	9,99	3,45	 	
			Sült sertés oldalas K.5.	1 636,56	391,52	21,21	33,33	10,75	1,21	0,00	0,20		
			Összesen:	3 801,77	909,52	33,76	50,72	13,68	77,29	9,99	3,99		
	(00003) Normál C menü	E	Fűsz.túróval töl.pu.mell filék	1 356,59	324,54	42,10	5,82	2,50	25,55	0,00	1,29	  	
			Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03		
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04		
			Összesen:	2 873,94	687,54	51,38	9,41	2,92	97,14	5,00	1,36		



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. 06. 22. vasárnap	(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	  	
			Bakonyi sertésborda	1 175,11	281,13	18,50	19,09	6,07	8,48	0,00	3,72	 	
			Galuska köret 120 K.	2 022,68	483,89	18,36	7,76	1,02	84,58	0,00	0,07	 	
			Összesen:	3 609,84	863,60	41,90	30,39	7,20	104,98	0,00	3,98		
	(00005) Diabetikus	E	5. Sütőtökrém leves K.	471,36	112,76	2,82	4,04	1,85	16,82	0,00	0,01	  	
			5. Kacsamáj rizottó 45 K.	2 041,25	488,34	19,10	26,83	2,24	40,47	0,00	0,69	 	
			Fejes saláta (negyed)	138,38	33,10	1,79	0,38	0,00	5,56	3,00	3,45		
			Összesen:	2 650,99	634,20	23,71	31,25	4,09	62,85	3,00	4,15		



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. 06. 22. vasárnap	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Sütőtökpüre leves K.	717,85	171,73	6,48	2,66	1,26	27,28	0,00	0,23		
			Zöldfűsz.jércem.csíkok 6.	1 120,86	267,96	23,72	13,91	3,12	13,44	0,00	3,30		
			6. Margarinos burgonya 300 K.	1 231,64	294,65	7,50	2,07	0,47	60,01	0,00	0,11		
			Összesen:	3 070,35	734,34	37,70	18,64	4,85	100,73	0,00	3,64		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Karfiolleves K.	937,06	224,18	5,60	13,13	3,88	21,58	0,00	0,53		
			Jércemell filé rabló ragu 7.	1 449,55	346,78	31,33	22,13	8,06	5,11	0,00	6,63		
			7. Margarinos burgonya 300 K.	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	0,09		
			7. Fejes saláta (feles)K.	224,72	53,76	3,54	0,75	0,00	8,06	3,00	1,01		
			Összesen:	3 946,53	944,15	47,98	40,81	13,16	94,77	3,00	8,26		



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. 06. 22. vasárnap (00008)	Laktózszegény diéta	E	8. Zölds.karfiol leves K.	505,69	120,98	4,78	6,80	0,64	10,20	0,00	0,56		
			Jércemell filé rabló ragu 8.	1 449,55	346,78	31,33	22,13	8,06	5,11	0,00	6,63		
			8. Burgonyahab 100g K	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,01		
			8. Fejes saláta (feles)K.	224,72	53,76	3,54	0,75	0,00	8,06	3,00	1,01		
			Összesen:	2 571,91	615,29	42,15	29,88	8,73	43,37	3,00	8,21		

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus