



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 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2026. 05. 26. kedd	(00001) Normál A. menü	E Csontleves tésztabetéttel K.	412,05	98,58	5,04	3,54	0,11	11,92	0,00	0,19		
		Brassói aprópecsenye K.	1 052,93	251,90	20,33	17,43	5,68	3,10	0,00	0,55		
		Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03		
		Fejes saláta (negyed)	138,38	33,10	1,79	0,38	0,00	5,56	3,00	3,45		
		Összesen:	2 884,45	690,06	34,66	24,73	6,18	80,58	3,00	4,22		
	(00002) Normál B. menü	E Vegyes gyümölcsleves K.	1 234,36	295,30	3,39	10,46	5,06	42,86	25,97	0,50		
		Borzas csirkecomb filé K.	1 100,25	263,22	34,01	8,70	2,16	11,83	0,00	1,86		
		Petrezselymes rizsköret 100g	1 656,80	396,36	8,50	4,99	0,58	78,90	0,00	0,45		
		Párolt zöld köret 100g K.	408,34	97,69	7,05	3,90	0,95	14,12	0,00	3,06		
		Összesen:	4 399,75	1 052,57	52,95	28,05	8,75	147,71	25,97	5,87		
	(00003) Normál C. menü	E Hortobágyi húsos palacsinta K.	1 929,64	461,63	31,61	18,75	5,53	42,17	0,00	2,28		
		Petrezselymes rizsköret 100g	1 656,80	396,36	8,50	4,99	0,58	78,90	0,00	0,45		
		Összesen:	3 586,44	857,99	40,11	23,74	6,11	121,07	0,00	2,73		



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



2026. 05. 26. kedd	(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		
			Kakaós csiga	2 671,85	639,20	13,94	24,54	6,94	89,96	30,97	1,37		
			Összesen:	4 374,36	1 046,50	40,56	40,92	10,64	127,30	30,97	5,87		
(00005) Diabetikus	E		5. Csontleves tésztabetéttel	373,30	89,31	4,63	3,44	0,09	10,25	0,00	0,17		
			5. Borzas csirkecomb filé	1 139,97	272,72	34,26	8,74	2,17	13,83	0,00	0,38		
			5.Petrezselymes rizsköret 100g	662,72	158,54	3,40	2,00	0,23	31,56	0,00	0,18		



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



2026. 05. 26. kedd	(00005)	E	5. Mexikói párolt köret K.	304,90	72,95	3,76	2,05	0,48	5,26	0,00	0,03		
			Összesen:	2 480,89	593,52	46,05	16,23	2,97	60,90	0,00	0,76		
	(00006)	E	6. Pikáns pürelves pu. hús	1 427,19	341,43	26,11	9,87	2,96	36,18	0,00	0,33		
			6. Meggyes piskóta	595,86	142,55	3,96	2,34	0,56	25,91	14,99	0,13		
			Összesen:	2 023,05	483,98	30,07	12,21	3,52	62,09	14,99	0,46		
	(00007)	E	Csontleves tésztabetét 7.	434,44	103,93	3,52	3,15	0,02	15,72	0,00	0,11		
			7. Brassói aprópecsenye K.	1 716,52	410,65	13,68	38,01	10,32	2,95	0,00	0,48		
			7. Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03		
			7. Fejes saláta (feles)K.	224,72	53,76	3,54	0,75	0,00	8,06	3,00	1,01		
			Összesen:	3 656,77	874,82	28,24	45,29	10,73	86,73	3,00	1,63		



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



2026. 05. 26. kedd		(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. Brassói aprópecsenye K.	1 716,52	410,65	13,68	38,01	10,32	2,95	0,00	0,48	
				8. Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03	
				8. Fejes saláta (feles)K.	224,72	53,76	3,54	0,75	0,00	8,06	3,00	1,01	
				Összesen:	3 634,38	869,47	29,76	45,68	10,82	82,93	3,00	1,71	
2026. 05. 27. szerda		(00001) Normál A.menü	E	Sólet	3 015,36	721,38	43,06	28,27	6,99	72,79	0,00	11,05	
				Összesen:	3 015,36	721,38	43,06	28,27	6,99	72,79	0,00	11,05	
		(00001) Normál A.menü	E	Alföldi tarhonya leves K.	1 407,00	336,60	7,77	15,30	2,58	41,18	0,00	5,25	
				Rakott karfiol (s) K.	2 554,90	610,85	26,39	37,03	11,72	43,69	0,00	4,46	
				Összesen:	3 961,90	947,45	34,16	52,33	14,30	84,87	0,00	9,71	
		(00002) Normál B menü	E	Hajdúsági burgonya leves K.	1 895,20	453,40	19,86	24,49	8,15	38,35	0,00	7,74	
				Darásmetélt ízzel K.	2 515,08	601,69	16,67	4,39	0,74	123,09	41,14	5,48	
				Összesen:	4 410,28	1 055,09	36,53	28,88	8,89	161,44	41,14	13,22	



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



2026. 05. 27. szerda	(00003) Normál C menü	E Makói töltöt borda K.	1 928,21	461,29	29,00	28,07	7,29	22,62	0,00	1,47		
		Korong burgonya 300 K.	1 176,89	281,55	7,50	0,63	0,08	60,00	0,00	2,98		
		Uborka saláta (friss)K.	235,45	56,33	1,24	0,10	0,00	12,54	9,99	3,97		
		Összesen:	3 340,55	799,17	37,74	28,80	7,37	95,16	9,99	8,42		
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E Zellerkrémleves K.	883,03	210,95	5,18	13,31	3,92	18,07	0,00	3,17		
		Rozmaringos csirkemell filé K.	903,56	216,16	27,06	8,87	3,76	6,76	0,00	2,34		
		Gombás rizsköret 100 g K.	1 582,85	378,67	8,52	3,19	0,37	78,52	0,00	0,02		
		Összesen:	3 369,44	805,78	40,76	25,37	8,05	103,35	0,00	5,53		
	(00005) Diabetikus	E Alföldi tarhonya leves K.5.	1 178,25	281,88	6,18	15,10	2,55	29,79	0,00	0,32		
		5. Rakott karfiol 250+25 K.	1 937,58	463,24	19,83	29,45	9,36	30,29	0,00	0,41		
Összesen:		3 115,83	745,12	26,01	44,55	11,91	60,08	0,00	0,73			



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



2026. 05. 27. szerda	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Zellerkrémleves K.	605,06	144,75	4,79	5,91	0,86	17,52	0,00	0,26		
			6. Rozmaringos csirkem. filé	987,27	236,19	30,65	4,30	1,99	14,70	0,00	0,49		
			6. Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02		
			Összesen:	3 153,59	754,45	43,50	13,30	3,22	110,14	0,00	0,77		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	Alföldi tarhonya leves K.7.	1 371,11	328,02	6,23	14,87	2,49	41,55	0,00	0,27		
			7. Rakott karfiol K.	2 562,33	612,63	26,29	37,32	11,81	43,64	0,12	0,59		
			Összesen:	3 933,44	940,65	32,52	52,19	14,30	85,19	0,12	0,86		



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



2026. 05. 27. szerda	(00008) Laktózszegény diéta	E	Alföldi tarhonya leves K.8.	1 407,00	336,60	7,77	15,30	2,58	41,18	0,00	0,34		
			8. Rakott karfiol K.	2 501,39	598,42	26,11	35,83	11,10	43,26	0,00	0,53		
			Összesen:	3 908,39	935,02	33,88	51,13	13,68	84,44	0,00	0,87		
2026. 05. 28. csütörtök	(00011) Normál JOKER menü	E	Jérce saláta	2 700,03	645,94	43,63	31,57	10,50	45,38	2,00	2,50		
			Összesen:	2 700,03	645,94	43,63	31,57	10,50	45,38	2,00	2,50		
2026. 05. 28. csütörtök	(00001) Normál A. menü	E	Kerti zöldség leves K.	542,94	129,89	5,25	8,06	0,60	9,32	0,00	5,45		
			Csirkecomb rabló raguval K.	2 318,10	554,57	40,16	40,69	13,77	6,25	0,00	4,52		
			Petrezselymes rizsköret 100g	1 656,80	396,36	8,50	4,99	0,58	78,90	0,00	0,45		
			Összesen:	4 517,84	1 080,82	53,91	53,74	14,95	94,47	0,00	10,42		



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



2026. 05. 28. csütörtök	(00002) Normál B menü	E	Pirított kiskocka leves K.	1 010,28	241,69	7,26	5,15	0,45	40,91	0,00	3,11		
			Kelkáposzta főzelék K.	1 132,67	270,97	11,32	8,37	0,94	36,87	0,00	0,22		
			Köményes sertéssült K	1 354,51	324,05	17,60	27,65	8,94	0,81	0,00	0,17		
			Összesen:	3 497,46	836,71	36,18	41,17	10,33	78,59	0,00	3,50		
	(00003) Normál C menü	E	Sajttal tölt.pulykamell K.	1 539,48	368,30	38,93	13,62	4,86	22,07	0,00	0,90		
			Burgonyakrokkett *mir.* K.	1 998,90	478,21	6,18	23,10	3,41	60,83	0,00	0,15		
			Almakompót K.	362,93	86,82	0,54	0,56	0,01	19,31	9,99	0,01		
			Összesen:	3 901,31	933,33	45,65	37,28	8,28	102,21	9,99	1,06		
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Kerti zöldség leves K.	542,94	129,89	5,25	8,06	0,60	9,32	0,00	5,45		
			Tejfölös-kapros sertés borda K	1 183,66	282,87	23,11	18,80	6,51	6,17	0,00	0,21		
			Tészta köret (klf.) 80 g	1 451,27	347,19	13,60	7,71	1,15	55,43	0,00	3,51		
			Összesen:	3 177,87	759,95	41,96	34,57	8,26	70,92	0,00	9,17		



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



2026. 05. 28. csütörtök	(00005) Diabetikus	E	5. Kerti zöldség leves K.	296,82	71,01	4,16	2,76	0,05	7,61	0,00	0,11					
			5. Egybevagdalt K.	903,47	216,14	19,70	8,85	2,66	14,17	0,00	0,38					
			5. Kapormártás * K	552,02	131,94	3,98	6,79	1,90	14,04	0,00	0,05					
			Tészta köret (klf.) 100 g 5.	598,09	143,08	5,95	2,40	0,39	24,25	0,00	0,25					
			Összesen:	2 350,40	562,17	33,79	20,80	5,00	60,07	0,00	0,79					
		(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Kerti zöldségpüre leves	283,84	67,91	4,04	2,74	0,05	7,07	0,00	0,08				
			6. Egybevagdalt K.	875,80	209,52	19,63	8,30	2,59	13,91	0,00	0,38					
			6. Sajtmártás K	620,44	148,43	10,38	6,30	3,68	9,90	0,00	1,86					
			6. Tészta köret (klf.) 100 g	819,34	196,02	8,50	2,50	0,46	34,65	0,00	0,35					
			Összesen:	2 599,42	621,88	42,55	19,84	6,78	65,53	0,00	2,67					
		(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Kerti zöldség leves K.	282,46	67,57	3,54	2,59	0,02	7,76	0,00	0,09				
			7. Csirkecombfilé parasztosan	1 933,69	462,61	41,33	28,80	8,42	8,86	0,00	2,00					
			7. Petrezselymes rizs 100	2 000,02	478,47	8,37	14,26	1,64	78,60	0,00	0,32					
	Összesen:		4 216,17	1 008,65	53,24	45,65	10,08	95,22	0,00	2,41						



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



2026. 05. 28. csütörtök														
(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Kerti zöldség leves K.	296,82	71,01	4,16	2,76	0,05	7,61	0,00	0,11				
		8. Csirkecomb rabló raguval K.	2 151,27	514,66	33,89	39,13	13,37	6,10	0,00	2,48				
		8. Petrezselymes rizsköret 100	2 000,02	478,47	8,37	14,26	1,64	78,60	0,00	0,32				
		Összesen:	4 448,11	1 064,14	46,42	56,15	15,06	92,31	0,00	2,91				
(00011) Normál JOKER menü	E	Must.-csípős sertés flekken K.	1 781,14	426,11	11,21	38,41	12,51	8,38	0,00	2,05				
		Margarinos burgonya 300 K.	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	0,09				
		Összesen:	3 116,34	745,54	18,72	43,21	13,73	68,40	0,00	2,14				
(00001) Normál A.menü	E	Karfiolleves K.	970,67	231,91	7,25	13,56	3,97	21,10	0,00	0,60				
		Pincepörkölt K.	1 041,34	249,12	24,00	14,71	3,42	4,85	0,00	3,26				
		Tészta köret (klf.) 100 g K.	1 708,84	408,81	17,00	6,86	1,12	69,29	0,00	0,70				
		Vitamin saláta K.	255,45	61,11	3,74	0,59	0,03	9,84	0,00	3,56				
		Összesen:	3 976,30	950,95	51,99	35,72	8,54	105,08	0,00	8,12				



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



2026. 05. 29. 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		
			Palermói jércemell filé K.	1 267,41	303,21	29,42	16,07	4,87	9,89	1,40	3,97		
			Burgonyapüré 300 g K.	1 489,75	356,40	9,22	6,95	2,00	62,68	0,00	0,18		
			Összesen:	3 237,01	774,41	44,17	26,56	6,98	87,94	1,40	4,85		
	(00003) Normál C menü	E	Makói töltöt borda K.	1 928,21	461,29	29,00	28,07	7,29	22,62	0,00	1,47		
			Burgonyapüré 300 g K.	1 489,75	356,40	9,22	6,95	2,00	62,68	0,00	0,18		
			Vitamin saláta K.	255,45	61,11	3,74	0,59	0,03	9,84	0,00	3,56		
			Összesen:	3 673,41	878,80	41,96	35,61	9,32	95,14	0,00	5,21		
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Orja leves K.	479,85	114,80	5,53	3,54	0,11	15,37	0,00	0,70		
			Meggymártás K.	1 243,60	296,90	5,39	12,91	6,19	39,86	10,99	0,51		
			Piritott dara 50 g K.	731,96	175,11	4,70	0,96	0,05	36,70	0,00	1,97		
			Főtt sertéshús K	841,72	201,37	12,25	16,73	5,96	0,21	0,00	0,12		
	Összesen:	3 297,13	788,18	27,87	34,14	12,31	92,14	10,99	3,30				



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



2026. 05. 29. péntek	(00005) Diabetikus	E	5. Orja leves	454,19	108,66	5,29	3,49	0,11	14,19	0,00	0,68					
			5. Meggymártás *mir.*	449,89	107,51	2,58	2,95	1,24	16,96	0,00	0,01					
			5. Piritott dara 80 g	473,75	113,34	2,63	2,23	0,22	20,55	0,00	0,00					
			5. Főtt sertéshús K	841,72	201,37	12,25	16,73	5,96	0,21	0,00	0,12					
			Összesen:	2 219,55	530,88	22,75	25,40	7,53	51,91	0,00	0,81					
		(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. Meggymártás *mir.*	843,97	201,91	3,88	1,40	0,41	41,93	20,98	0,08					
			6. Piritott dara 80 g	1 248,32	298,64	7,52	3,58	0,32	58,72	0,00	0,01					
			6. Főtt sertéshús	465,99	111,48	14,70	5,67	2,02	0,28	0,00	0,15					
			Összesen:	3 167,38	757,75	32,89	14,49	2,92	122,22	20,98	0,55					
		(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Karfiolleves K.	937,06	223,87	5,60	13,13	3,88	21,58	0,00	0,53				
			7. Pincepörkölt K.	1 513,02	361,97	17,00	30,37	7,87	4,69	0,00	0,24					
			7. Tészta köret (klf.) 100 g	1 455,16	348,12	1,60	5,34	0,53	73,00	0,00	0,00					
	7. Vitamin saláta K.		362,92	86,82	5,90	1,04	0,03	13,00	0,00	3,45						
	Összesen:		4 268,16	1 020,78	30,10	49,88	12,31	112,27	0,00	4,22						



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



2026. 05. 29. péntek	(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Karfiolleves K.	970,67	232,22	7,25	13,56	3,97	21,10	0,00	0,60		
			8. Pincepörkölt K.	1 513,02	361,97	17,00	30,37	7,87	4,69	0,00	0,24		
			8. Tészta köret (klf.) 100 g	1 779,01	425,60	17,00	8,71	1,33	69,29	0,00	0,70		
			8. Vitamin saláta K.	362,92	86,82	5,90	1,04	0,03	13,00	0,00	1,48		
			Összesen:	4 625,62	1 106,61	47,15	53,68	13,20	108,08	0,00	3,02		
(00011) Normál JOKER menü		E	Bolognai húsos penne K.	3 888,40	930,24	42,58	48,15	16,09	80,42	0,70	6,81		
			Összesen:	3 888,40	930,24	42,58	48,15	16,09	80,42	0,70	6,81		

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus

