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 2026.11.16. - 2026.11.22.

| | Diéta | | Étlap tétel | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsírsav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **2026. 11. 16. hétfő** | (00001) Normál A.menü | **E** | Húsleves tésztával K. | 425,22 | 101,73 | 4,79 | 2,36 | 0,16 | 15,36 | 0,00 | 3,96 | | |
| | | | Almamártás *mir.* K | 917,36 | 219,28 | 2,74 | 4,18 | 1,86 | 36,68 | 20,98 | 0,49 | | |
| | | | Tört burgonya 100 K | 444,57 | 106,36 | 2,50 | 1,59 | 0,18 | 20,00 | 0,00 | 0,01 | | |
| | | | Főtt sertéshús K | 841,72 | 201,37 | 12,25 | 16,73 | 5,96 | 0,21 | 0,00 | 0,12 | | |
| | | | Összesen: | 2 628,87 | 628,74 | 22,28 | 24,86 | 8,16 | 72,25 | 20,98 | 4,58 | | |
| | (00002) Normál B menü | **E** | Csontleves tésztabetéttel K. | 412,05 | 98,58 | 5,04 | 3,54 | 0,11 | 11,92 | 0,00 | 0,19 | | |
| | | | Gombás sertésszelet (friss) | 1 724,27 | 412,50 | 17,21 | 32,29 | 10,06 | 12,75 | 0,00 | 3,51 | | |
| | | | Párolt rizsköret 100 g K. | 1 561,26 | 373,51 | 8,06 | 3,09 | 0,37 | 77,92 | 0,00 | 0,02 | | |
| | | | Összesen: | 3 697,58 | 884,59 | 30,31 | 38,92 | 10,54 | 102,59 | 0,00 | 3,72 | | |
| | (00003) Normál C menü | **E** | Ijász hús (párizsiasan) K. | 2 647,21 | 633,30 | 26,74 | 51,41 | 17,14 | 15,11 | 0,00 | 3,18 | | |
| | | | Fűszeres burgonyacikk K. | 1 531,10 | 366,29 | 7,56 | 9,91 | 1,14 | 60,13 | 0,00 | 2,00 | | |
| | | | Savanyú uborka kg-os | 57,54 | 13,77 | 0,60 | 0,10 | 0,00 | 2,60 | 0,00 | 2,40 | | |
| | | | Összesen: | 4 235,85 | 1 013,36 | 34,90 | 61,42 | 18,28 | 77,84 | 0,00 | 7,58 | | |

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

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026. 11. 16. hétfő | (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 | |
| | | | Mexikói pu.csíkok K. | 1 360,67 | 325,52 | 23,97 | 19,14 | 4,19 | 11,56 | 2,40 | 0,61 | |
| | | | Tészta köret (klf.) 100 g K. | 1 708,84 | 408,81 | 17,00 | 6,86 | 1,12 | 69,29 | 0,00 | 0,70 | |
| | | | Összesen: | 3 481,56 | 832,91 | 46,01 | 29,54 | 5,42 | 92,77 | 2,40 | 1,50 | |
| | (00005) Diabetikus | E | 5. Húsleves tésztával | 280,46 | 67,10 | 3,31 | 2,02 | 0,07 | 9,00 | 0,00 | 0,17 | |
| | | | Almamártás *mir.* 5. | 511,40 | 122,22 | 2,46 | 2,98 | 1,24 | 15,27 | 0,00 | 0,00 | |
| | | | 5. Tört burgonya 100 K | 800,23 | 191,45 | 4,50 | 2,86 | 0,32 | 36,00 | 0,00 | 0,02 | |
| | | | 5. Főtt sertéshús K | 841,72 | 201,37 | 12,25 | 16,73 | 5,96 | 0,21 | 0,00 | 0,12 | |
| | | | Összesen: | 2 433,81 | 582,14 | 22,52 | 24,59 | 7,59 | 60,48 | 0,00 | 0,31 | |

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

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026. 11. 16. hétfő | (00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés) | E | 6. Húsleves tésztával | 334,10 | 79,93 | 3,83 | 2,08 | 0,11 | 11,51 | 0,00 | 0,19 | |
| | | | 6. Almamártás *mir.* K | 846,64 | 202,54 | 3,19 | 1,05 | 0,25 | 38,39 | 20,98 | 0,04 | |
| | | | 6. Tört burgonya 300 K. | 1 176,54 | 281,47 | 7,50 | 0,62 | 0,08 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | |
| | | | 6. Főtt sertéshús | 465,99 | 111,48 | 14,70 | 5,67 | 2,02 | 0,28 | 0,00 | 0,15 | |
| | | | Összesen: | 2 823,27 | 675,42 | 29,22 | 9,42 | 2,46 | 110,18 | 20,98 | 0,41 | |
| | (00007) Gluténszegény diéta | E | 7. Húsleves tésztával | 331,73 | 79,36 | 3,52 | 2,35 | 0,05 | 13,01 | 0,00 | 0,13 | |
| | | | 7. Almamártás *mir.* | 867,12 | 207,32 | 2,31 | 2,98 | 1,24 | 36,41 | 20,98 | 0,00 | |
| | | | 7. Tört burgonya 300 K. | 1 316,17 | 314,87 | 7,50 | 4,31 | 0,50 | 60,00 | 0,00 | 0,03 | |
| | | | 7. Főtt sertéshús K | 841,72 | 201,37 | 12,25 | 16,73 | 5,96 | 0,21 | 0,00 | 0,12 | |
| | | | Összesen: | 3 356,74 | 802,92 | 25,58 | 26,37 | 7,75 | 109,63 | 20,98 | 0,28 | |
| | (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 sült (sz) | 1 054,23 | 252,21 | 12,59 | 21,48 | 6,50 | 1,83 | 0,00 | 0,17 | |
| | | | 8. Gombamártás K | 772,66 | 184,85 | 8,29 | 11,34 | 2,74 | 12,83 | 0,00 | 0,05 | |
| | | | 8. Párolt rizsköret 100g K. | 868,34 | 207,74 | 4,03 | 3,87 | 0,45 | 38,96 | 0,00 | 0,01 | |
| | | | Összesen: | 3 107,28 | 743,38 | 29,95 | 40,23 | 9,80 | 65,54 | 0,00 | 0,42 | |

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. 11. 16. hétfő** | (00011) Normál JOKER menü | **E** | Töltött sütőtök JOKER | 2 938,50 | 702,99 | 37,19 | 14,45 | 3,10 | 106,36 | 0,00 | 3,26 | |
| | | | Összesen: | 2 938,50 | 702,99 | 37,19 | 14,45 | 3,10 | 106,36 | 0,00 | 3,26 | |
| **2026. 11. 17. kedd** | (00001) Normál A.menü | **E** | Palócleves (sert.) K. | 2 396,70 | 573,07 | 23,03 | 32,36 | 10,69 | 47,25 | 0,00 | 3,90 | |
| | | | Dejós csiga K.(2db.) | 2 196,44 | 525,46 | 22,52 | 16,79 | 3,29 | 78,05 | 23,73 | 0,26 | |
| | | | Összesen: | 4 593,14 | 1 098,53 | 45,55 | 49,15 | 13,98 | 125,30 | 23,73 | 4,16 | |
| | (00002) Normál B menü | **E** | Májgaluska leves K. | 1 219,39 | 291,72 | 18,32 | 4,66 | 0,92 | 43,92 | 0,00 | 1,23 | |
| | | | Csirkepörkölt K. | 1 163,10 | 278,25 | 32,04 | 14,42 | 2,71 | 4,71 | 0,00 | 3,32 | |
| | | | Tésztarizs köret 100 g | 1 780,59 | 425,98 | 15,00 | 8,04 | 1,15 | 72,90 | 0,00 | 5,54 | |
| | | | Savanyú káposzta-Csalamádé | 83,16 | 19,90 | 1,10 | 0,20 | 0,00 | 3,40 | 0,00 | 0,89 | |
| | | | Összesen: | 4 246,24 | 1 015,85 | 66,46 | 27,32 | 4,78 | 124,93 | 0,00 | 10,98 | |

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. 11. 17. kedd | (00003) Normál C menü | E | Kapros juhtúróval t.cs.mell | 1 945,92 | 465,53 | 43,31 | 21,18 | 1,44 | 24,86 | 0,00 | 5,58 | |
| | | | 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: | 4 048,86 | 968,26 | 58,97 | 34,66 | 7,85 | 104,03 | 5,00 | 10,88 | |
| | (00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés | E | Laska tészta leves K. | 762,96 | 182,53 | 5,60 | 4,99 | 0,43 | 28,44 | 0,00 | 0,08 | |
| | | | Lencsefőzelék K. | 1 913,81 | 457,85 | 21,86 | 19,08 | 5,90 | 49,14 | 0,00 | 3,03 | |
| | | | Csabai töltött karaj K. | 1 018,86 | 243,75 | 20,80 | 17,54 | 5,11 | 0,38 | 0,00 | 2,94 | |
| | | | Összesen: | 3 695,63 | 884,13 | 48,26 | 41,61 | 11,44 | 77,96 | 0,00 | 6,05 | |
| | (00005) Diabetikus | E | 5. Májgaluska leves | 743,88 | 177,96 | 9,57 | 6,58 | 1,83 | 20,03 | 0,00 | 0,87 | |
| | | | 5. Csirkepörkölt K. | 996,28 | 238,34 | 25,77 | 12,86 | 2,31 | 4,56 | 0,00 | 0,30 | |
| | | | Tészta köret (klf.) 100 g 5. | 768,98 | 183,96 | 7,65 | 3,09 | 0,50 | 31,18 | 0,00 | 0,32 | |
| | | | Savanyú káposzta-Csalamádé | 83,16 | 19,90 | 1,10 | 0,20 | 0,00 | 3,40 | 0,00 | 0,89 | |
| | | | Összesen: | 2 592,30 | 620,16 | 44,09 | 22,73 | 4,64 | 59,17 | 0,00 | 2,38 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026. 11. 17. kedd | (00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés) | E | 6. Májgaluska leves | 626,49 | 149,88 | 8,91 | 4,27 | 0,92 | 18,90 | 0,00 | 0,49 | |
| | | | 6. Majorannás csirkeapró K. | 614,86 | 147,10 | 21,91 | 3,71 | 0,53 | 6,34 | 0,00 | 0,16 | |
| | | | 6. Tészta köret (klf.) 100 g | 1 638,67 | 392,03 | 17,00 | 5,00 | 0,91 | 69,29 | 0,00 | 0,70 | |
| | | | Összesen: | 2 880,02 | 689,01 | 47,82 | 12,98 | 2,36 | 94,53 | 0,00 | 1,35 | |
| | (00007) Gluténszegény diéta | E | Palócleves (sert.) K.-7 | 2 394,97 | 572,65 | 22,81 | 32,34 | 10,68 | 47,23 | 0,00 | 3,11 | |
| | | | 7. Palacsinta torta | 1 632,65 | 390,58 | 10,94 | 15,03 | 3,93 | 52,23 | 31,98 | 0,18 | |
| | | | Összesen: | 4 027,62 | 963,23 | 33,75 | 47,37 | 14,61 | 99,46 | 31,98 | 3,29 | |

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. 11. 17. kedd | (00008) Laktózszegény diéta | E | 8. Májgaluska leves | 743,88 | 177,96 | 9,57 | 6,58 | 1,83 | 20,03 | 0,00 | 0,87 | |
| | | | 8. Csirkepörkölt K. | 996,28 | 238,34 | 25,77 | 12,86 | 2,31 | 4,56 | 0,00 | 0,30 | |
| | | | 8. Tészta köret (klf.) 100 g | 1 779,01 | 425,60 | 17,00 | 8,71 | 1,33 | 69,29 | 0,00 | 0,70 | |
| | | | Savanyú káposzta-Csalamádé | 83,16 | 19,90 | 1,10 | 0,20 | 0,00 | 3,40 | 0,00 | 0,89 | |
| | | | Összesen: | 3 602,33 | 861,80 | 53,44 | 28,35 | 5,47 | 97,28 | 0,00 | 2,76 | |
| | (00011) Normál JOKER menü | E | Mozarellás-gombás cs.mell-JOKE | 1 314,24 | 314,41 | 41,45 | 11,01 | 3,18 | 11,97 | 0,00 | 2,87 | |
| | | | Burgonyakrokett *mir.* K. | 1 998,90 | 478,21 | 6,18 | 23,10 | 3,41 | 60,83 | 0,00 | 0,15 | |
| | | | Összesen: | 3 313,14 | 792,62 | 47,63 | 34,11 | 6,59 | 72,80 | 0,00 | 3,02 | |
| 2026. 11. 18. szerda | (00001) Normál A.menü | E | Orja leves K. | 479,85 | 114,80 | 5,53 | 3,54 | 0,11 | 15,37 | 0,00 | 0,70 | |
| | | | Zöldf.sajtos sert.borda K. | 1 260,23 | 301,31 | 25,76 | 19,26 | 7,06 | 6,63 | 0,00 | 2,85 | |
| | | | Párolt rizsköret 100 g K. | 1 561,26 | 373,51 | 8,06 | 3,09 | 0,37 | 77,92 | 0,00 | 0,02 | |
| | | | Összesen: | 3 301,34 | 789,62 | 39,35 | 25,89 | 7,54 | 99,92 | 0,00 | 3,57 | |
| | (00002) Normál B menü | E | Brokkolikrémleves * K. | 1 170,33 | 279,98 | 8,60 | 19,56 | 8,50 | 17,06 | 0,00 | 3,05 | |
| | | | Bécsi sertés borda K. | 1 391,85 | 332,98 | 26,01 | 9,04 | 2,92 | 36,49 | 0,00 | 2,78 | |
| | | | Margarinos burgonya 300 K. | 1 335,20 | 319,43 | 7,51 | 4,80 | 1,22 | 60,02 | 0,00 | 0,09 | |
| | | | Összesen: | 3 897,38 | 932,39 | 42,12 | 33,40 | 12,64 | 113,57 | 0,00 | 5,92 | |

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. 11. 18. szerda** | (00003) Normál C menü | **E** | Töltött káposzta | 3 242,40 | 775,69 | 36,19 | 52,36 | 18,64 | 38,71 | 0,00 | 5,49 |  |
| | | | Kókusz golyó K. | 1 348,76 | 322,67 | 7,00 | 6,99 | 3,42 | 57,56 | 21,09 | 0,60 |  |
| | | | Összesen: | 4 591,16 | 1 098,36 | 43,19 | 59,35 | 22,06 | 96,27 | 21,09 | 6,09 | |
| | (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 |  |
| | | | Káposztás lepény-házi K. | 2 760,52 | 660,41 | 17,11 | 31,23 | 8,16 | 76,29 | 5,00 | 0,78 |  |
| | | | Összesen: | 4 220,73 | 1 009,44 | 40,74 | 50,08 | 14,34 | 98,15 | 5,00 | 6,77 | |
| | (00005) Diabetikus | **E** | 5. Brokkolikrémleves * K. | 858,33 | 205,04 | 6,70 | 13,23 | 3,92 | 15,75 | 0,00 | 0,10 |  |
| | | | 5. Bécsi sertés szelet K. | 893,18 | 213,68 | 20,52 | 7,95 | 2,63 | 14,75 | 0,00 | 0,40 |  |
| | | | 5. Margarinos burgonya 300 K | 600,84 | 143,74 | 3,38 | 2,16 | 0,55 | 27,01 | 0,00 | 0,04 |  |
| | | | Összesen: | 2 352,35 | 562,46 | 30,60 | 23,34 | 7,10 | 57,51 | 0,00 | 0,54 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2026. 11. 18. szerda | (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. Zöldf.sajtos cs.mell csíkok | 1 191,69 | 285,09 | 33,61 | 8,33 | 3,30 | 14,97 | 0,00 | 0,78 | |
| | | | 6. Párolt rizsköret 100 g K. | 1 561,26 | 373,51 | 8,06 | 3,09 | 0,37 | 77,92 | 0,00 | 0,02 | |
| | | | Összesen: | 3 362,05 | 804,32 | 48,46 | 15,26 | 3,84 | 114,18 | 0,00 | 1,11 | |
| | (00007) Gluténszegény diéta | E | 7. Orja leves | 421,64 | 100,87 | 3,95 | 3,22 | 0,05 | 14,20 | 0,00 | 0,62 | |
| | | | 7. Zöldf.sajtos cs.mell csíkok | 1 057,33 | 252,77 | 29,39 | 12,16 | 4,42 | 6,81 | 0,00 | 0,86 | |
| | | | 7. Párolt rizsköret 100 g K. | 1 561,26 | 373,51 | 8,06 | 3,09 | 0,37 | 77,92 | 0,00 | 0,02 | |
| | | | Összesen: | 3 040,23 | 727,15 | 41,40 | 18,47 | 4,84 | 98,93 | 0,00 | 1,50 | |

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. 11. 18. szerda** | (00008) Laktózszegény diéta | **E** | 8. Pulykaraguleves *mir.* | 1 067,21 | 255,31 | 16,29 | 12,94 | 2,72 | 18,01 | 0,00 | 0,73 | |
| | | | 8. Káposztás kocka | 2 453,58 | 586,98 | 19,42 | 19,23 | 2,54 | 82,96 | 5,00 | 0,75 | |
| | | | Összesen: | 3 520,79 | 842,29 | 35,71 | 32,17 | 5,26 | 100,97 | 5,00 | 1,48 | |
| | (00011) Normál JOKER menü | **E** | Göngyölt pu.mell aszalt par.-J | 2 546,16 | 609,13 | 48,76 | 35,16 | 10,77 | 23,69 | 0,00 | 1,43 | |
| | | | Tejszínes penne K. | 2 368,65 | 566,48 | 23,54 | 21,58 | 10,08 | 69,57 | 0,00 | 3,28 | |
| | | | Összesen: | 4 914,81 | 1 175,61 | 72,30 | 56,74 | 20,85 | 93,26 | 0,00 | 4,71 | |
| **2026. 11. 19. csütörtök** | (00001) Normál A.menü | **E** | Kertész leves K. | 591,32 | 141,47 | 7,24 | 3,68 | 0,42 | 19,47 | 0,00 | 0,63 | |
| | | | Csabai sertés apróhús K. | 1 924,73 | 460,46 | 18,74 | 40,65 | 12,34 | 4,38 | 0,00 | 6,10 | |
| | | | Pásztor tarhonya K. | 2 160,53 | 516,87 | 14,73 | 20,70 | 5,47 | 66,82 | 0,00 | 4,89 | |
| | | | Savanyúkáposzta K. | 83,16 | 19,90 | 1,10 | 0,20 | 0,00 | 3,40 | 0,00 | 0,89 | |
| | | | Összesen: | 4 759,74 | 1 138,70 | 41,81 | 65,23 | 18,23 | 94,07 | 0,00 | 12,51 | |

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. 11. 19. 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 | | |
| | | Zöldborsófőzelék K. | 1 377,54 | 329,56 | 19,87 | 5,27 | 1,13 | 49,84 | 5,00 | 2,57 | | |
| | | Szárnyas steak K. | 1 188,60 | 284,35 | 23,92 | 13,07 | 3,57 | 17,42 | 0,00 | 2,64 | | |
| | | Összesen: | 3 576,42 | 855,60 | 51,05 | 23,49 | 5,15 | 108,17 | 5,00 | 8,32 | | |
| (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 | | |
| | | Tavaszi rizs 80 K. | 1 645,53 | 393,67 | 9,90 | 9,72 | 1,10 | 69,00 | 0,00 | 4,94 | | |
| | | Meggybefőtt K. | 377,65 | 90,35 | 0,60 | 0,18 | 0,00 | 20,80 | 20,80 | 0,01 | | |
| | | Összesen: | 3 564,29 | 852,71 | 51,86 | 25,78 | 4,28 | 104,43 | 20,80 | 7,52 | | |
| (00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés | E | Kertész leves K. | 591,32 | 141,47 | 7,24 | 3,68 | 0,42 | 19,47 | 0,00 | 0,63 | | |
| | | Póréhagymás sert.borda K. | 1 036,28 | 247,91 | 18,45 | 15,92 | 3,37 | 7,40 | 0,00 | 2,60 | | |
| | | Petrezselymes burgonya 300 K. | 1 374,58 | 328,85 | 8,63 | 4,44 | 1,19 | 62,06 | 0,00 | 0,54 | | |
| | | Összesen: | 3 002,18 | 718,23 | 34,32 | 24,04 | 4,98 | 88,93 | 0,00 | 3,77 | | |

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. 11. 19. csütörtök**

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (00005) Diabetikus | E | 5. Laska tészta leves K. | 373,95 | 89,46 | 2,81 | 3,35 | 0,28 | 11,94 | 0,00 | 0,04 | |
| | | 5. Zöldborsófőzelék | 1 025,72 | 245,39 | 13,63 | 6,88 | 0,94 | 31,64 | 0,00 | 0,40 | |
| | | 5. Szárnyas steak K. | 1 116,73 | 267,16 | 19,82 | 13,03 | 3,16 | 17,34 | 0,00 | 0,64 | |
| | | Összesen: | 2 516,40 | 602,01 | 36,26 | 23,26 | 4,38 | 60,92 | 0,00 | 1,08 | |
| (00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés) | E | 6. Laska tészta leves K. | 682,07 | 163,18 | 5,46 | 1,87 | 0,11 | 30,71 | 0,00 | 0,07 | |
| | | 6. Zöldborsópüre főzelék | 833,45 | 199,39 | 13,82 | 1,50 | 0,41 | 32,10 | 0,00 | 0,09 | |
| | | 6. Szárnyas steak K. | 1 041,33 | 249,12 | 19,76 | 11,18 | 2,95 | 17,14 | 0,00 | 0,64 | |
| | | Összesen: | 2 556,85 | 611,69 | 39,04 | 14,55 | 3,47 | 79,95 | 0,00 | 0,80 | |
| (00007) Gluténszegény diéta | E | 7. Kertész leves K. | 388,27 | 92,89 | 4,60 | 0,41 | 0,01 | 17,41 | 0,00 | 0,45 | |
| | | 7. Csabai sertés apróhús K. | 1 923,18 | 460,09 | 18,65 | 40,65 | 12,34 | 4,32 | 0,00 | 1,10 | |
| | | 7. Pásztor tarhonya K. | 1 556,68 | 372,41 | 10,49 | 12,85 | 3,54 | 62,50 | 0,00 | 0,50 | |
| | | Savanyú káposzta-Csalamádé | 83,16 | 19,90 | 1,10 | 0,20 | 0,00 | 3,40 | 0,00 | 0,89 | |
| | | Összesen: | 3 951,29 | 945,29 | 34,84 | 54,11 | 15,89 | 87,63 | 0,00 | 2,94 | |

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. 11. 19. csütörtök | (00008) Laktózszegény diéta | E | 8. Laska tészta leves K. | 684,35 | 163,72 | 5,48 | 1,88 | 0,11 | 30,75 | 0,00 | 0,07 | |
| | | | 8. Zöldborsófőzelék | 834,37 | 199,61 | 14,12 | 1,56 | 0,51 | 31,63 | 0,00 | 0,43 | |
| | | | 8. Szárnyas steak K. | 1 116,73 | 267,16 | 19,82 | 13,03 | 3,16 | 17,34 | 0,00 | 0,64 | |
| | | | Összesen: | 2 635,45 | 630,49 | 39,42 | 16,47 | 3,78 | 79,72 | 0,00 | 1,14 | |
| | (00011) Normál JOKER menü | E | Fokh.bazsalikomos halfilé-JOKE | 1 097,13 | 262,47 | 46,37 | 2,05 | 0,30 | 14,46 | 0,00 | 2,43 | |
| | | | Tavaszi rizs 80 K. | 1 645,53 | 393,67 | 9,90 | 9,72 | 1,10 | 69,00 | 0,00 | 4,94 | |
| | | | Összesen: | 2 742,66 | 656,14 | 56,27 | 11,77 | 1,40 | 83,46 | 0,00 | 7,37 | |
| 2026. 11. 20. péntek | (00001) Normál A.menü | E | Savanyú tojás leves K. | 946,28 | 226,07 | 9,40 | 17,02 | 4,86 | 10,00 | 0,00 | 2,11 | |
| | | | Cigány pecsenye K. | 2 038,80 | 487,75 | 11,61 | 48,24 | 17,51 | 1,20 | 0,00 | 2,75 | |
| | | | Burgonyapüré 300 g K. | 1 489,75 | 356,40 | 9,22 | 6,95 | 2,00 | 62,68 | 0,00 | 0,18 | |
| | | | Csalamádé K. | 165,16 | 39,51 | 1,54 | 0,19 | 0,02 | 7,63 | 2,00 | 0,06 | |
| | | | Összesen: | 4 639,99 | 1 109,73 | 31,77 | 72,40 | 24,39 | 81,51 | 2,00 | 5,10 | |

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. 11. 20. péntek | (00002) Normál B menü | E | Csángó gulyás leves (s) K. | 1 649,00 | 394,19 | 19,10 | 25,53 | 9,91 | 22,72 | 0,00 | 3,99 | | |
| | | | Sajtos makaróni (spagetti) K. | 2 878,82 | 688,41 | 29,48 | 31,52 | 12,20 | 72,08 | 0,00 | 1,67 | | |
| | | | Összesen: | 4 527,82 | 1 082,60 | 48,58 | 57,05 | 22,11 | 94,80 | 0,00 | 5,66 | | |
| | (00003) Normál C menü | E | Körözöttel töltött pu.mell f.K | 1 908,98 | 456,69 | 42,18 | 20,31 | 7,37 | 25,75 | 0,00 | 3,58 | | |
| | | | Burgonyapüré 300 g K. | 1 489,75 | 356,40 | 9,22 | 6,95 | 2,00 | 62,68 | 0,00 | 0,18 | | |
| | | | Csalamádé K. | 165,16 | 39,51 | 1,54 | 0,19 | 0,02 | 7,63 | 2,00 | 0,06 | | |
| | | | Összesen: | 3 563,89 | 852,60 | 52,94 | 27,45 | 9,39 | 96,06 | 2,00 | 3,82 | | |
| | (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 | | |
| | | | Kacsamáj rizottó K. | 2 991,32 | 715,63 | 27,66 | 35,70 | 4,16 | 68,15 | 0,00 | 3,89 | | |
| | | | Reszelt sajt K | 932,65 | 223,12 | 16,62 | 16,86 | 10,72 | 0,96 | 0,00 | 1,46 | | |
| | | | Összesen: | 5 158,33 | 1 234,05 | 47,67 | 63,02 | 19,94 | 111,97 | 25,97 | 5,85 | | |

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. 11. 20. péntek | (00005) Diabetikus | E | 5. Savanyú tojás leves K. | 605,71 | 144,66 | 7,27 | 9,71 | 3,41 | 8,05 | 0,00 | 0,11 | |
| | | | 5. Kacsamáj rizottó 45 K. | 2 551,56 | 610,43 | 23,88 | 33,54 | 2,80 | 50,59 | 0,00 | 0,86 | |
| | | | 5. Reszelt sajt K | 932,65 | 223,12 | 16,62 | 16,86 | 10,72 | 0,96 | 0,00 | 1,46 | |
| | | | Összesen: | 4 089,92 | 978,21 | 47,77 | 60,11 | 16,93 | 59,60 | 0,00 | 2,43 | |
| | (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. Fűszeres kacsamáj K. | 1 150,53 | 275,25 | 10,35 | 22,89 | 0,32 | 5,15 | 0,00 | 0,01 | |
| | | | 6. Burgonyapüré 300 g K. | 1 250,24 | 299,10 | 7,51 | 2,56 | 0,61 | 60,01 | 0,00 | 0,14 | |
| | | | Összesen: | 3 178,52 | 760,42 | 20,51 | 26,28 | 1,18 | 104,61 | 24,98 | 0,20 | |
| | (00007) Gluténszegény diéta | E | 7. Savanyú tojás leves K. | 608,33 | 145,29 | 7,15 | 9,71 | 3,41 | 8,18 | 0,00 | 0,11 | |
| | | | 7. Cigány pecsenye K. | 1 889,01 | 451,92 | 11,12 | 44,58 | 16,12 | 1,01 | 0,00 | 0,61 | |
| | | | 7. Burgonyapüré 300 g K. | 1 489,75 | 356,40 | 9,22 | 6,95 | 2,00 | 62,68 | 0,00 | 0,18 | |
| | | | 7. Csalamádé K. | 165,16 | 39,51 | 1,54 | 0,19 | 0,02 | 7,63 | 2,00 | 0,06 | |
| | | | Összesen: | 4 152,25 | 993,12 | 29,03 | 61,43 | 21,55 | 79,50 | 2,00 | 0,96 | |

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. 11. 20. péntek | (00008) Laktózszegény diéta | E | 8. Savanyú tojás leves K. | 605,71 | 144,90 | 7,27 | 9,71 | 3,41 | 8,05 | 0,00 | 0,11 | | |
| | | | 8. Cigány pecsenye K. | 1 889,01 | 451,92 | 11,12 | 44,58 | 16,12 | 1,01 | 0,00 | 0,61 | | |
| | | | 8. Burgonyapüré 300 g K. | 1 469,32 | 351,51 | 9,17 | 6,95 | 2,10 | 61,43 | 0,00 | 0,17 | | |
| | | | 8. Csalamádé K. | 165,16 | 39,51 | 1,54 | 0,19 | 0,02 | 7,63 | 2,00 | 0,06 | | |
| | | | Összesen: | 4 129,20 | 987,84 | 29,10 | 61,43 | 21,65 | 78,12 | 2,00 | 0,95 | | |
| | (00011) Normál JOKER menü | E | Tejf.csirkepaprikás K | 1 430,64 | 341,95 | 33,44 | 20,42 | 5,80 | 6,86 | 0,00 | 3,32 | | |
| | | | Tarhonya köret 100 g K. | 1 642,18 | 392,87 | 17,00 | 5,09 | 0,92 | 69,29 | 0,00 | 3,65 | | |
| | | | Csalamádé K. | 165,16 | 39,51 | 1,54 | 0,19 | 0,02 | 7,63 | 2,00 | 0,06 | | |
| | | | Összesen: | 3 237,98 | 774,33 | 51,98 | 25,70 | 6,74 | 83,78 | 2,00 | 7,03 | | |

. . . . . .
Élelmezésvezető

. . . . . .
Dietetikus