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 2026.11.23. - 2026.11.29.

	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. 23. hétfő	(00001) Normál A.menü	**E**	Jókai bableves	1 889,69	452,08	21,20	23,92	7,66	37,39	0,00	5,24		
			Szilvás gombóc *mir.* K.	2 590,27	619,68	14,32	10,56	1,06	112,14	9,99	3,53		
			Összesen:	4 479,96	1 071,76	35,52	34,48	8,72	149,53	9,99	8,77		
	(00002) Normál B menü	**E**	Orja leves K.	479,85	114,80	5,53	3,54	0,11	15,37	0,00	0,70		
			Tejf.csirkepaprikás K	1 430,64	341,95	33,44	20,42	5,80	6,86	0,00	3,32		
			Tészta köret (klf.) 100 g K.	1 708,84	408,81	17,00	6,86	1,12	69,29	0,00	0,70		
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04		
			Összesen:	3 855,59	922,08	57,75	31,03	7,06	103,11	5,00	4,76		
	(00003) Normál C menü	**E**	Sonkás+kukoricás t.palacsintaK	2 319,74	554,66	24,36	27,18	6,61	53,67	0,00	5,56		
			Petrezselymes rizsköret 100g	1 656,80	396,36	8,50	4,99	0,58	78,90	0,00	0,45		
			Sajtmártás K	476,98	113,99	7,44	8,06	4,41	3,72	0,00	1,66		
			Összesen:	4 453,52	1 065,01	40,30	40,23	11,60	136,29	0,00	7,67		

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. 23. hétfő	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Tejf.tök leves K.	1 082,12	258,27	5,85	16,90	6,71	22,60	2,00	2,01	
			Halfilé sajtbundában K.	1 223,21	292,63	33,10	10,50	2,85	16,09	0,00	5,46	
			Burgonyapüré zöldborsós K.	1 469,33	351,52	13,72	7,15	1,98	56,68	0,00	0,19	
			Összesen:	3 774,66	902,42	52,67	34,55	11,54	95,37	2,00	7,66	
	(00005) Diabetikus	E	5. Tejf.tök leves K.	1 048,56	250,24	5,85	16,90	6,71	20,60	0,00	0,05	
			5. Halfilé sajtbundában K.	1 223,21	292,63	33,10	10,50	2,85	16,09	0,00	0,54	
			5. Burgonyapüré z.borsó 140+70	661,45	158,24	5,87	4,06	1,13	23,97	0,00	0,10	
			Összesen:	2 933,22	701,11	44,82	31,46	10,69	60,66	0,00	0,69	

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. 23. hétfő	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	**E**	6. Kef.tök leves K.	615,06	147,14	6,45	3,14	0,37	22,90	2,00	0,05	
			6. Sajtkrémben sült halfilé K.	1 444,67	345,61	33,90	12,45	5,01	20,27	0,00	1,27	
			6. Burgonyapüré 300 g K.	1 250,24	299,10	7,51	2,56	0,61	60,01	0,00	0,14	
			Összesen:	3 309,97	791,85	47,86	18,15	5,99	103,18	2,00	1,46	
	(00007) Gluténszegény diéta	**E**	7. Jókai gyöngybab leves K	1 933,87	462,40	24,07	25,71	9,72	33,67	0,00	0,89	
			Almás kevert sütemény K.7.	1 601,96	383,24	11,92	5,71	1,24	63,54	19,98	0,14	
			Összesen:	3 535,83	845,64	35,99	31,42	10,96	97,21	19,98	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

2026. 11. 23. hétfő	(00008) Laktózszegény diéta	**E**	8. Jókai gyöngybab leves K.	1 927,33	461,08	24,37	25,71	9,72	33,35	0,00	0,90	
			8. Szilvás gombóc *mir.* K.	2 590,27	619,68	14,32	10,56	1,06	112,14	9,99	0,59	
			Összesen:	4 517,60	1 080,76	38,69	36,27	10,78	145,49	9,99	1,49	
	(00011) Normál JOKER menü	**E**	Zsivány pecsenye	5 435,25	1 300,30	35,31	124,52	43,99	8,04	0,00	5,91	
			Burgonyapüré 300 g K.	1 489,75	356,40	9,22	6,95	2,00	62,68	0,00	0,18	
			Összesen:	6 925,00	1 656,70	44,53	131,47	45,99	70,72	0,00	6,09	
2026. 11. 24. kedd	(00001) Normál A.menü	**E**	Tavaszi zöldség leves K.	496,49	118,78	6,98	2,38	0,14	17,27	0,00	3,22	
			Gombás sert.aprópecsenye K.	1 609,08	384,95	23,04	28,98	10,22	7,50	0,00	2,61	
			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:	3 622,92	866,73	39,30	34,95	10,78	96,36	5,00	5,90	

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

2026. 11. 24. kedd	(00002) Normál B menü	E	Tejf.zöldbableves K.	1 026,10	245,48	5,56	16,94	5,80	17,23	2,00	3,75	
			Magyaros sertésmáj K.	1 334,74	319,32	30,36	17,40	4,95	9,89	0,00	0,32	
			Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02	
			Csalamádé K.	165,16	39,51	1,54	0,19	0,02	7,63	2,00	0,06	
			Összesen:	4 087,26	977,82	45,52	37,62	11,14	112,67	4,00	4,15	
	(00003) Normál C menü	E	Rántott pu.mell filé K.	1 287,16	307,93	33,80	7,81	1,23	25,26	0,00	1,89	
			Margarinos burgonya 300 K.	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	0,09	
			Csalamádé K.	165,16	39,51	1,54	0,19	0,02	7,63	2,00	0,06	
			Összesen:	2 787,52	666,87	42,85	12,80	2,47	92,91	2,00	2,04	
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Tárkonyos cs. mell leves K.	1 158,21	276,78	21,99	10,79	3,83	26,02	0,00	3,07	
			Meggyes lepény-házi K.	3 624,75	867,16	22,30	30,88	7,91	129,19	46,95	0,51	
			Összesen:	4 782,96	1 143,94	44,29	41,67	11,74	155,21	46,95	3,58	

2026. 11. 24. kedd	(00005) Diabetikus	E	Tavaszi zöldség leves K.5.	338,02	80,87	4,89	1,75	0,08	11,33	0,00	0,19	
			5. Magyaros sertésmáj K.	1 334,74	319,32	30,36	17,40	4,95	9,89	0,00	0,32	
			5. Párolt rizsköret 100 g K.	702,57	168,08	3,63	1,39	0,17	35,06	0,00	0,01	
			Csalamádé K.5.	143,48	34,33	1,69	0,21	0,03	6,14	0,00	0,06	
			Összesen:	2 518,81	602,60	40,57	20,75	5,23	62,42	0,00	0,58	
	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Tárkonyos cs.mell leves K.	767,68	183,66	18,62	4,62	0,76	19,10	0,00	2,20	
			6. Meggyes piskóta	1 191,72	285,10	7,92	4,68	1,12	51,82	38,78	0,26	
			Összesen:	1 959,40	468,76	26,54	9,30	1,88	70,92	38,78	2,46	
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Tavaszi zöldség leves K.	358,47	85,76	4,17	1,56	0,04	13,70	0,00	0,15	
			7. Gombás s.aprópecsenye K.	1 369,57	327,65	19,50	24,20	8,52	7,49	0,00	2,58	
			7. Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03	
			7. Csalamádé K.	165,16	39,51	1,54	0,19	0,02	7,63	2,00	0,06	
			Összesen:	3 174,29	759,40	32,71	29,33	8,97	88,82	2,00	2,82	

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. 24. kedd	(00008) Laktózszegény diéta	**E**	8. Tavaszi zöldség leves K.	387,18	92,63	5,40	1,90	0,11	13,41	0,00	0,21		
			8. Gombás s.aprópecsenye K.	1 609,08	384,95	23,04	28,98	10,22	7,50	0,00	2,61		
			8. Tepsis burgonya 300 K.	1 281,09	306,48	7,50	3,38	0,39	60,00	0,00	0,03		
			8. Csalamádé K.	165,16	39,51	1,54	0,19	0,02	7,63	2,00	0,06		
			Összesen:	3 442,51	823,57	37,48	34,45	10,74	88,54	2,00	2,91		
	(00011) Normál JOKER menü	**E**	Tejfölben sült sertés borda K.	1 253,39	299,55	23,75	18,84	6,51	9,59	0,00	0,21		
			Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02		
			Összesen:	2 814,65	673,06	31,81	21,93	6,88	87,51	0,00	0,23		
2026. 11. 25. szerda	(00001) Normál A.menü	**E**	Hamisgulyás leves K.	1 278,87	305,95	8,11	7,68	0,91	50,02	0,00	0,14		
			Rakott brokkoli K.	2 834,34	678,07	32,17	44,62	18,65	36,12	0,00	0,28		
			Összesen:	4 113,21	984,02	40,28	52,30	19,56	86,14	0,00	0,42		
	(00002) Normál B menü	**E**	Hajdúsági burgonya leves K.	1 895,20	453,09	19,86	24,49	8,15	38,35	0,00	7,74		
			Ízes bukta	3 509,90	839,69	21,86	11,92	3,49	160,19	70,98	0,54		
			Összesen:	5 405,10	1 292,78	41,72	36,41	11,64	198,54	70,98	8,28		

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. 25. szerda	(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	
			Korong burgonya 300 K.	1 176,89	281,55	7,50	0,63	0,08	60,00	0,00	2,98	
			Őszibefőtt	367,03	87,81	0,50	0,20	0,00	21,20	21,20	0,01	
			Összesen:	3 554,81	850,43	40,31	28,92	10,65	105,38	21,20	8,53	
	(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	**E**	Tarka galuska leves K.	1 274,57	304,92	10,28	7,89	0,83	47,96	0,00	10,58	
			Párolt barnarizsköret 80 g K.	1 412,05	337,81	6,46	6,74	0,78	62,42	0,00	2,96	
			Cukkinis jérce ragu K.	1 451,67	346,98	24,42	22,53	5,93	12,41	0,00	3,21	
			Összesen:	4 138,29	989,71	41,16	37,16	7,54	122,79	0,00	16,75	
	(00005) Diabetikus	**E**	5. Hamisgulyás	634,80	151,87	3,08	5,46	0,62	21,96	0,00	0,12	
			5. Rakott brokkoli 300+30	2 302,78	550,30	29,82	31,94	13,01	37,61	0,00	0,26	
			Összesen:	2 937,58	702,17	32,90	37,40	13,63	59,57	0,00	0,38	

2026. 11. 25. szerda	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Tarka galuska leves K.	727,27	173,99	6,75	2,42	0,22	31,26	0,00	0,10	
			6. Cukkinis jérceragu K.	1 036,77	248,03	24,76	9,78	2,32	13,78	0,00	0,36	
			6. Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02	
			Összesen:	3 325,30	795,53	39,57	15,29	2,91	122,96	0,00	0,48	
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Hamisgulyás leves K.	1 167,82	279,38	7,06	7,62	0,90	44,34	0,00	0,13	
			7. Rakott brokkoli K.	2 302,78	550,30	29,82	31,94	13,01	37,61	0,00	0,26	
			Összesen:	3 470,60	829,68	36,88	39,56	13,91	81,95	0,00	0,39	

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. 25. szerda	(00008) Laktózszegény diéta	**E**	8. Hamisgulyás leves K.	1 161,29	277,82	7,36	7,62	0,90	44,02	0,00	0,13	
			8. Rakott brokkoli K.	2 302,78	550,91	29,82	31,94	13,01	37,61	0,00	0,26	
			Összesen:	3 464,07	828,73	37,18	39,56	13,91	81,63	0,00	0,39	
	(00011) Normál JOKER menü	**E**	Grill csirkecomb K.	900,02	215,32	31,53	9,29	2,15	1,13	0,00	0,36	
			Párolt rizsköret 100 g K.	1 561,26	373,51	8,06	3,09	0,37	77,92	0,00	0,02	
			Idény saláta 1. K.	236,26	56,52	1,78	0,21	0,03	11,59	5,00	0,04	
			Összesen:	2 697,54	645,35	41,37	12,59	2,55	90,64	5,00	0,42	
2026. 11. 26. csütörtök	(00001) Normál A.menü	**E**	Vegyes gyümölcsleves K.	1 234,36	295,30	3,39	10,46	5,06	42,86	25,97	0,50	
			Csirkemell filé Orly módra K.	761,85	182,26	26,01	2,12	0,48	14,58	0,00	2,17	
			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:	4 061,35	971,61	44,95	21,47	7,07	150,46	25,97	6,18	

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. 11. 26. csütörtök

(00002) Normál B menü	E	Csurgatott tojás leves K.	420,94	100,70	4,34	5,35	0,94	8,68	0,00	3,02	
		Kelkáposzta főzelék K.	1 132,67	270,97	11,32	8,37	0,94	36,87	0,00	0,22	
		Sült sertés oldalas K.	1 997,30	477,82	26,46	40,50	13,30	1,30	0,00	2,22	
		Összesen:	3 550,91	849,49	42,12	54,22	15,18	46,85	0,00	5,46	
(00003) Normál C menü	E	Gyros sertés csíkok K.	987,10	236,15	25,30	14,44	4,03	1,14	0,00	0,25	
		Sült kocka burgonya 300 K.	1 386,34	331,66	7,50	6,17	0,71	60,00	0,00	2,98	
		Tzatziki saláta K.	250,22	59,86	3,17	1,37	0,61	8,39	0,00	2,10	
		Összesen:	2 623,66	627,67	35,97	21,98	5,35	69,53	0,00	5,33	
(00004) Normál D.menü/Szociális étkeztetés	E	Francia hagymaleves K.	796,87	190,34	6,33	9,76	3,63	20,44	0,00	4,25	
		Bazsalikomos sertés borda K.	1 097,94	262,54	20,88	16,20	4,84	8,51	0,00	3,21	
		Tészta köret (klf.) 100 g K.	1 708,84	408,81	17,00	6,86	1,12	69,29	0,00	0,70	
		Összesen:	3 603,65	861,69	44,21	32,82	9,59	98,24	0,00	8,16	

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. 26. csütörtök	(00005) Diabetikus	E	5. Francia hagymaleves K.	652,74	155,91	5,06	8,38	2,98	16,02	0,00	0,33	
			5. Bazsalikomos sertés borda	1 097,94	262,54	20,88	16,20	4,84	8,51	0,00	0,26	
			Tészta köret (klf.) 100 g 5.	854,42	204,41	8,50	3,43	0,56	34,65	0,00	0,35	
			Összesen:	2 605,10	622,86	34,44	28,01	8,38	59,18	0,00	0,94	
	(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. Bazsalikomos sertés borda	901,58	215,69	20,95	10,82	3,09	8,47	0,00	0,22	
			6. Tészta köret (klf.) 100 g	1 638,67	392,03	17,00	5,00	0,91	69,29	0,00	0,70	
			Összesen:	3 318,00	793,79	40,60	16,65	4,25	117,21	24,98	0,97	
	(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. Csirkemell filé Orly módra	768,39	183,82	25,71	2,12	0,48	14,90	0,00	0,20	
			7. Petrezselymes rizs 100	1 000,01	239,24	4,19	7,13	0,82	39,30	0,00	0,16	
			7. Mexikói párolt köret K.	304,90	72,95	3,76	2,05	0,48	5,26	0,00	0,03	
			Összesen:	2 898,05	693,20	35,54	14,25	3,05	98,17	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

2026. 11. 26. csütörtök	(00008) Laktózszegény diéta	E	8. Vegyes gyüm.leves *mir.*	823,91	197,11	2,19	2,78	1,24	38,72	24,98	0,01		
			8. Csirkemell filé Orly módra	761,85	182,26	26,01	2,12	0,48	14,58	0,00	0,20		
			8. Petrezselymes rizsköret 100	1 000,01	239,24	4,19	7,13	0,82	39,30	0,00	0,16		
			8. Mexikói párolt köret K.	304,90	72,95	3,76	2,05	0,48	5,26	0,00	0,03		
			Összesen:	2 890,67	691,56	36,15	14,08	3,02	97,86	24,98	0,40		
	(00011) Normál JOKER menü	E	Borjúpaprikás-JOKER	955,97	228,70	3,90	15,85	4,09	17,30	0,00	2,00		
			Galuska köret 120 K.	2 022,68	483,89	18,36	7,76	1,02	84,58	0,00	0,07		
			Összesen:	2 978,65	712,59	22,26	23,61	5,11	101,88	0,00	2,07		
2026. 11. 27. péntek	(00001) Normál A.menü	E	Csontleves tésztabetéttel K.	412,05	98,58	5,04	3,54	0,11	11,92	0,00	0,19		
			Milánói sz.húsos makaróni K.	2 466,86	590,04	35,31	19,97	6,57	66,95	2,40	4,55		
			Reszelt sajt K	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
			Összesen:	3 811,56	911,74	56,97	40,37	17,40	79,83	2,40	6,20		
	(00002) Normál B menü	E	Karalábékrém leves K.	507,99	121,53	6,85	3,14	0,60	16,50	0,00	3,42		
			Sertés borda Vadász módra K.	1 403,89	335,86	30,99	18,66	4,38	10,58	0,00	3,27		
			Vajas burgonya 300g K	1 542,88	369,11	9,22	8,35	2,38	62,69	0,00	0,20		
			Összesen:	3 454,76	826,50	47,06	30,15	7,36	89,77	0,00	6,89		

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. 27. péntek	(00003) Normál C menü	E	Bélelt jércemell filé K.	1 386,47	331,69	29,53	16,56	4,12	15,64	0,00	1,30	
			Vajas burgonya 300g K	1 542,88	369,11	9,22	8,35	2,38	62,69	0,00	0,20	
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	0,00	
			Összesen:	2 986,89	714,57	39,35	25,01	6,50	80,93	0,00	1,50	
	(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	
			Sütőtök főzelék K	1 611,42	384,90	8,33	17,79	6,72	49,61	0,00	2,00	
			Stefánia vagdalt K.	2 109,70	504,71	26,50	35,97	11,37	18,15	0,00	3,72	
			Összesen:	4 133,17	988,19	39,87	57,30	18,20	79,68	0,00	5,91	
	(00005) Diabetikus	E	5. Csontleves tésztabetéttel	373,30	89,31	4,63	3,44	0,09	10,25	0,00	0,17	
			5. Sütőtök főzelék	1 402,33	334,88	6,95	17,54	6,72	39,14	0,00	0,03	
			Stefánia vagdalt 5.	1 239,44	296,51	14,91	21,53	6,26	10,42	0,00	0,47	
			Összesen:	3 015,07	720,70	26,49	42,51	13,07	59,81	0,00	0,67	

2026. 11. 27. péntek	(00006) Zsír-rost és fűszerszegény (epés)	E	6. Csontleves tésztabetétte K.	410,93	98,31	5,03	3,54	0,11	11,93	0,00	0,19		
			6. Sütőtök főzelék K	1 148,17	274,68	7,91	4,99	0,90	49,02	0,00	0,13		
			6. Vagdalt steak K.	1 153,88	276,05	24,50	11,88	3,39	17,53	0,00	0,73		
			Összesen:	2 712,98	649,04	37,44	20,41	4,40	78,48	0,00	1,05		
	(00007) Gluténszegény diéta	E	7. Csontleves tésztabetét nélk	243,60	58,28	3,29	3,04	0,02	4,77	0,00	0,11		
			7. Milánói sz.húsos makaróni	2 425,53	580,15	32,53	22,08	6,15	77,92	2,40	1,14		
			Összesen:	2 669,13	638,43	35,82	25,12	6,17	82,69	2,40	1,25		

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. 27. péntek	(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. Milánói sz.húsos makaróni	2 433,93	582,28	35,50	19,01	5,94	66,96	2,40	1,68	
			8. Reszelt sajt	735,08	175,86	17,76	11,10	6,93	1,02	0,00	1,95	
			Összesen:	3 581,06	856,72	58,30	33,65	12,98	79,90	2,40	3,82	
	(00011) Normál JOKER menü	**E**	Csülök Pékné módra K.	2 539,43	607,52	25,22	52,93	16,57	6,78	0,00	5,16	
			Vajas burgonya 300g K	1 542,88	369,11	9,22	8,35	2,38	62,69	0,00	0,20	
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	0,00	
			Összesen:	4 139,85	990,40	35,04	61,38	18,95	72,07	0,00	5,36	

. . . . . .
Élelmezésvezető

. . . . . .
Dietetikus