



Tételes étlap 2021.02.08. - 2021.02.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.02.08. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Sajtos tavaszi rolád	907,20	217,03	14,40	17,60	7,45	0,16	0,00	2,40		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		E Olasz zöldségleves	973,87	232,98	6,55	6,58	0,79	36,47	9,99	2,72		
		Bácskai rizseshús	2 670,22	638,81	31,39	23,33	4,82	75,05	0,00	3,12		
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Fokhagymás sajtkrém	891,15	213,19	10,98	17,36	9,92	2,03	1,16	0,98		
		Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
	Összesen:	7 983,06	1 909,81	91,79		24,50	301,41	58,14	22,44			
(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Vajas pogácsa	3 461,04	828,00	15,54	24,60	11,32	104,30	29,64	1,78			
	E Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74			
	Tejbenrizs	1 760,67	421,21	12,87	4,33	2,32	82,18	29,97	1,33			





2021.02.08.
hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
		Összesen:	10 469,98	2 504,77	79,92		19,92	312,49	112,28	9,60		
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52	
			Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	
		E	Húsgaluscaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74	
			Diosmetelt	3 166,44	757,52	22,44	31,77	6,81	94,56	16,98	1,61	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
	Összesen:	9 655,04	2 309,80	93,58		15,53	322,08	64,65	12,91			





2021.02.08.
hétfő

		(00114)										
		Tejmentes pépes szoc. otthon										
(00121)	Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		E	Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
			Sárgarépa főz.tejmentes*mir.*	502,91	120,31	4,07	0,49	0,06	24,33	0,00	2,50	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	
			Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
		Összesen:	7 007,76	1 676,49	92,14		12,05	208,82	46,63	13,03		
(00121)	Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		E	Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74	
			Rizsfelfujt	2 485,19	594,54	17,81	8,98	3,74	109,69	20,50	0,44	
			Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.02.08.
hétfő

(00121) Epés otthon	V	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	9 142,76	2 187,25	86,74		11,52	353,09	106,65	9,93			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		E	Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74		
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
			Sárgarépa főzelék *mirelitből	553,26	132,36	4,07	0,49	0,06	27,33	3,00	2,50		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49			
		Összesen:	7 214,45	1 725,94	92,88		12,51	217,60	51,13	12,17			





2021.02.08.

hétfő

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Sajtos tavaszi rolád	907,20	217,03	14,40	17,60	7,45	0,16	0,00	2,40		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Húsgaluskaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47	
		Diab.rizsfelfujt	1 348,62	322,63	12,29	7,53	3,21	51,23	0,02	0,29	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Fokhagymás sajtkrém	891,15	213,19	10,98	17,36	9,92	2,03	1,16	0,98	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
	Összesen:		8 202,28	1 773,21	81,97		28,83	181,69	8,75	9,62	





2021.02.08.

hétfő

(00136)

Cukros epés-pépes szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	E	Húsgaluskaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Sárgarépa főzelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
Összesen:		6 933,61	1 280,67	94,55		14,01	184,31	2,23	13,09		

























2021.02.08.

hétfő

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	   
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
E	Húsgaluskaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47	   
	Diab.rizsfelfujt	1 348,62	322,63	12,29	7,53	3,21	51,23	0,02	0,29	   
	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	   
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
Összesen:		6 608,21	1 328,85	81,22		12,81	191,75	2,25	10,11	





2021.02.08.

hétfő

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
E	Húsgaluskaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47		
	Diab. tejbenrizs	1 129,59	270,24	10,80	3,15	1,66	49,35	0,00	0,77		
U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:	6 961,25	1 476,33	87,61		16,16	192,93	2,23	10,86		





2021.02.08. hétfő											
(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	E	Olasz zöldségleves	973,87	232,98	6,55	6,58	0,79	36,47	9,99	2,72	
		Rizsfelfújt	2 485,19	594,54	17,81	8,98	3,74	109,69	20,50	0,44	
		Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:	9 955,85	2 381,77	59,25		13,79	381,02	124,81	6,87		
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Sajtos tavaszi rolád	907,20	217,03	14,40	17,60	7,44	0,16	0,00	2,40	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	E	Húsgaluscaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74	
		Rizsfelfújt	2 485,19	594,54	17,81	8,98	3,74	109,69	20,50	0,44	





2021.02.08. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	 		
	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49			
	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02			
	Összesen:	9 176,92	2 195,42	93,22			15,02	330,48	93,15	10,71		
2021.02.09. kedd (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	0,40	 		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Korpás kenyér	2 006,40	480,00	17,66	2,43	0,62	94,29	2,46	2,09			
T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
E	Tarhonyaleves	939,08	224,66	4,99	11,14	2,60	25,48	0,00	2,60	 		
	Rántott csirkemell	1 563,04	373,93	32,54	15,45	2,04	25,75	0,00	2,02	 		
	Zöldborsófőzelék	1 394,50	333,61	19,08	8,41	1,46	44,60	0,00	1,15	 		
	Rozskenyér	668,80	160,00	5,82	0,87	0,16	31,70	0,47	0,79			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2021.02.09.

kedd

(00112)

Pépes szoc. otthon















00101

V	Húsos pirog	2 905,91	695,19	34,37	25,80	7,46	80,96	0,23	2,03		
	Összesen:	11 513,49	2 754,41	126,39		18,19	386,65	62,15	11,09		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40		
T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
	Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38		
	Összesen:	8 786,55	2 102,04	96,31		16,63	303,73	60,38	15,18		





2021.02.09.
kedd

		(00113)											
		Tej és tejtermékmentes szoc. otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00				
	Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	 			
	T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    	
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
		Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	 		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38			
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40			
Összesen:		8 272,24	1 979,00	90,26		13,56	268,77	45,07	16,83				
		(00114)											
		Tejmentes pépes szoc. otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00				
	Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	 			
T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02				
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    			
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  			





2021.02.09.
kedd

(00114) Tejmentes nővér szoc.otthon	E	Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	 		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38			
		Összesen:	8 240,49	1 971,40	88,16		13,15	286,84	59,41	14,75			
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	     	
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
			Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06	  	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38		
			Összesen:	8 297,60	1 985,08	86,15		15,06	263,46	61,64	12,61		





2021.02.09.

kedd

(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00						
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00						
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54						
	T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02						
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41						
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12						
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06						
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38						
		Összesen:	8 086,63	1 934,61	83,87		14,82	267,20	61,84	12,53						
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00						
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00						
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84						
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00						
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03						
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28						
	E	Paradicsomleves diab.	613,69	146,82	4,50	5,53	0,60	19,59	0,00	2,61						
	Bajorrostélyos diab.	2 088,95	499,75	28,22	23,55	7,24	42,23	1,32	4,23							





2021.02.09.
kedd

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20			
	U	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38			
		Összesen:	6 821,28	1 379,83	78,85		16,06	189,75	1,39	11,58			
	(00136) Cukros epés-pépes szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
		E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
			Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06		
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28			
U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				





2021.02.09.

kedd

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

00136

V	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38	
	Összesen:	7 636,33	1 511,81	81,10		15,52	183,24	7,48	8,70	
R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
	Tökfözelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06	
U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38	
	Összesen:	8 175,16	1 703,74	88,08		21,90	180,29	9,98	11,88	





2021.02.09.

kedd

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06	
U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38		
Összesen:		7 884,56	1 697,23	85,27		18,51	184,64	7,72	11,48		
R	(00143) Epés, húsmentes	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	





2021.02.09. kedd	(00143) Epés, húsmentes	R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
			Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03		
			Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06		
		V	Pásztor pite *húsmentes	1 971,49	471,65	13,06	20,04	8,48	58,69	0,07	2,66		
			Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Összesen:				7 777,19	1 860,58	40,15		14,40	282,87	77,93	9,73
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Kakaó	969,05	231,83	10,45	5,29	2,92	35,35	19,98	0,38		
			Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
Tökfőzelék diétás			754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38				





2021.02.10. szerda		21.02.10.											
		(00101)											
		Normál szoc.otthon											
		(00112)											
		Pépes szoc. otthon											
V	Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40				
	Összesen:	8 794,57	2 103,97	94,50		17,98	284,74	67,52	15,38				
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Graham kenyér	2 019,00	483,02	21,50	3,17	0,84	85,17	1,29	2,24				
E	Zselici leves	1 059,44	253,46	20,45	13,06	3,46	12,99	0,66	2,11				
	Almás lepény	4 370,19	1 045,50	27,09	19,56	8,43	188,58	33,15	29,61				
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Paprikas csem.szalami	1 239,34	296,49	11,76	27,48	9,66	0,18	0,00	2,70				
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00				
	Összesen:	11 027,92	2 638,26	93,35		23,80	397,15	80,10	39,18				
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49				
E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36				
	Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15				





2021.02.10.
szerda

2021.02.10. szerda	(00112) Pépes szoc. otthon	E	Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29					
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
			Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61					
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00					
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18					
		Összesen:	8 248,97	1 973,43	71,32		12,82	254,54	57,70	14,08						
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					
			Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
		E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36					
			Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31					
			Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29					
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12					
		Paprikas csem.szalami	1 239,34	296,49	11,76	27,48	9,66	0,18	0,00	2,70						
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54						
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00							
	Összesen:	7 899,30	1 889,77	83,33		15,60	249,07	48,00	14,86							





2021.02.10. szerda											
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
	E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	
	Összesen:		7 008,49	1 676,66	74,81		10,01	256,50	46,26	12,36	
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	





2021.02.10. szerda												
(00121) Epés szoc.otthon	E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36		
		Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31		
		Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 264,94	1 738,02	79,17		10,29	253,24	53,40	13,65		
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Harcapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36		
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 152,99	1 711,23	67,99		10,24	271,10	48,40	13,49		





2021.02.10. szerda (00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tönkölymagvas fűszeres kocka	1 659,46	397,00	8,91	11,40	7,48	41,88	3,69	2,28	
	E	Tarhonyaleves diétás	684,49	163,75	3,93	5,23	0,61	24,70	0,00	2,73	
		Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31	
		Finom főz. diab. *mirelitből*	1 064,54	254,68	10,53	8,85	1,29	32,51	0,00	2,36	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Paprikás csem.szalami	1 239,34	296,49	11,76	27,48	9,66	0,18	0,00	2,70	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
		Összesen:	9 107,81	1 800,82	87,40		26,42	181,71	10,13	15,36	





2021.02.10.

szerda

(00136)

Cukros epés-pépes szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	E	Tarhonyaleves diétás	684,49	163,75	3,93	5,23	0,61	24,70	0,00	2,73		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29		
	U	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		7 053,82	1 687,53	68,25		13,96	183,12	9,48	9,73		





2021.02.10.

szerda

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	E	Tarhonyaleves diétás	684,49	163,75	3,93	5,23	0,61	24,70	0,00	2,73		
		Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31		
		Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29		
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		7 500,34	1 794,35	78,50		13,88	183,47	9,48	12,83		





2021.02.10.

szerda

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	E	Tarhonyaleves diétás	342,25	81,88	1,97	2,62	0,31	12,35	0,00	1,37		
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29		
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	Összesen:		7 093,47	1 444,95	66,66		13,33	191,13	8,35	11,27		





2021.02.10. szerda		(00143) Epés, húsmentes											
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36			
		Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16			
		Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94			
		Csészes margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		7 283,02	1 742,34	62,50		18,77	255,39	53,31	10,95				
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Graham kenyér	1 615,20	386,41	17,20	2,53	0,67	68,14	1,03	1,79			
	E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36			
		Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31			





2021.02.10. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon		E	Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
			Összesen:	7 321,76	1 751,61	83,53		10,05	249,47	51,43	14,76	
2021.02.11. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon		R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
			Rozsos zsemle	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36	
		E	Erdei gyümölcsleves	868,99	207,89	2,82	2,09	1,29	43,78	30,07	0,38	
			Fokhagymás pecsenye*sz	2 872,57	687,22	16,91	68,09	22,01	0,88	0,00	1,13	
			Vajas burgonya	1 434,58	343,20	7,55	7,60	3,38	60,05	0,05	3,00	
			Káposztasaláta	338,67	81,02	2,00	0,25	0,03	17,28	9,99	1,52	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
			Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
			Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	





2021.02.11. csütörtök	(00101) Normál otthon	V	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
			Összesen:	11 865,48	2 838,63	79,07		37,39	372,33	103,68	14,34	
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
			Almabefőtt	252,77	60,47	0,21	0,21	0,00	14,14	10,22	0,00	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
			Összesen:	8 951,96	2 141,61	90,74		14,71	334,96	72,59	20,66	





2021.02.11.
csütörtök

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
E	Karalábéleves	583,52	139,60	3,65	6,57	0,80	16,20	0,00	2,08	
	Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13	
	Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
	Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
Összesen:		9 858,73	2 358,55	75,66		32,32	278,33	57,66	17,69	





2021.02.11. csütörtök	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
			Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
		Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	8 250,86	1 973,89	83,57		16,85	281,02	57,77	16,37		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	





2021.02.11.
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	R	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13			
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06			
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
	Összesen:		10 743,96	2 570,32	78,47		33,69	330,08	76,62	16,02			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Daráltvirslis	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
E		Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31			
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06			
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00			





2021.02.11. csütörtök												
2021.02.11. csütörtök	(00122) Epés pépes szoc. otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
			Összesen:	9 057,30	2 166,81	82,15		15,65	340,70	76,65	16,32	
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		E	Karalábéleves diab.	464,61	111,15	2,39	6,24	0,75	11,13	0,00	2,01	
			Sertés vetrece	1 330,60	318,32	25,09	19,72	4,98	9,70	0,33	2,76	
			Diab.tészta koret (szarvacska)	1 173,61	280,77	9,00	7,61	1,01	43,74	0,00	1,85	
			Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
		U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	





2021.02.11. csütörtök		(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon											
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24				
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12				
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00				
	Összesen:	8 440,49	1 515,14	88,42		22,08	183,57	8,78	15,52				
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43			
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
Kefír, 140 g			1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
E		Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98			
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19			
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78			
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01			
U		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23				





2021.02.11.
csütörtök

(00136) Cukros epés-pépes otthon	U	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	7 421,31	1 586,40	81,33		19,63	183,55	10,07	13,43		
	(00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		E	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98	
			Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13	
			Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
U		Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28			
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
























2021.02.11. csütörtök	00138	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
			Összesen:	8 225,02	1 715,66	75,22		35,20	187,53	3,22	15,98		
	00139	R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
		T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		E	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98		
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
			Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78		
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
		U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24		
	Zsemle, vizes		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
			Összesen:	7 657,99	1 832,07	80,78		18,86	190,28	9,61	16,07		





2021.02.11. csütörtök											
Epés, húsmentes (00143)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	    
		Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13	
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
	Összesen:	10 199,31	2 440,02	70,78		30,81	330,12	78,54	14,16		
Sószegegy szoc. otthon (00165)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	   
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	    
		Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13	





2021.02.11. csütörtök (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06			
	Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Csészes margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Lilahagyma	33,08	7,91	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
	Összesen:	10 907,87	2 609,53	78,71		34,89	331,74	76,62	16,20			
2021.02.12. péntek (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Madárka, szezámagos	1 800,74	430,80	12,34	6,36	3,36	72,32	12,54	1,18		
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	E	Húsleves marhahús	469,89	112,41	6,76	3,51	1,23	13,18	0,00	2,81		
		Sonkás kocka csőben sütve	3 652,04	873,69	35,47	41,29	21,63	89,10	3,58	4,77		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Soproni	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,17	0,24	0,00	2,00		
Korpás kenyér		1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67			





2021.02.12. péntek	00101	V	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
			Összesen:	10 711,61	2 562,57	92,59		38,32	348,21	63,09	12,92	
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
			Madárka, szezámmagos	1 800,74	430,80	12,34	6,36	3,36	72,32	12,54	1,18	
		T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
			Tejfölös burgonya főzelék	1 370,29	327,82	7,32	10,39	2,40	50,06	0,66	2,70	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
			Összesen:	11 010,22	2 634,01	101,07		30,49	322,16	64,88	15,68	





2021.02.12.

péntek

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
	Natur szelet	1 161,27	277,82	22,35	17,48	3,94	7,44	0,00	3,16		
	Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Soproni	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,17	0,24	0,00	2,00		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	Összesen:	9 090,12	2 174,67	74,65		17,91	314,71	61,20	16,82		





2021.02.12. péntek		(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon										
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Darált olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26	 	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Sült sütőtök	650,16	0,00	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04		
	E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29	 	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	 	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
Kenyér, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
Összesen:		9 029,30	2 004,57	79,94		23,27	287,57	45,64	15,78			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			

























2021.02.12.
péntek

		(00121)									
		Epés szoc.otthon									
R	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
	Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Összesen:		8 951,70	2 141,54	74,34		13,22	311,42	72,70	12,77		
		(00122)									
		Epés pépes szoc. otthon									
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
	Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.02.12.
péntek

(00122) Epés	V	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	8 136,33	1 946,47	73,42		11,31	336,24	82,75	13,18			
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	  	
			Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
		E	Csurgatott tésztaleves	589,26	140,97	4,66	6,30	0,84	16,06	0,00	2,61	      	
			Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96		
			Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67		
		U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Soproni	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,17	0,24	0,00	2,00	  	
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12			
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
		Összesen:	7 019,59	1 112,21	78,90		22,88	178,72	0,00	16,14			




















2021.02.12.

péntek

(00136)

Cukros epés-pépes szoc.otthon

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	  
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
E	Csurgatott tésztaleves	589,26	140,97	4,66	6,30	0,84	16,06	0,00	2,61	    
	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67	
U	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 





2021.02.12.
péntek

00136	V	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
		Összesen:	5 750,42	808,57	75,26		8,87	186,81	2,38	10,57	
(00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02	
	E	Csurgatott tésztalevés	589,26	140,97	4,66	6,30	0,84	16,06	0,00	2,61	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67	
	U	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
		Összesen:	6 743,48	1 361,22	94,22		20,21	175,89	1,52	14,62	















2021.02.12.
péntek

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	  	
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	E	Csurgatott tésztaleves	589,26	140,97	4,66	6,30	0,84	16,06	0,00	2,61	     
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67	
	U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 	
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
Összesen:		6 317,04	1 070,15	72,71		19,32	179,66	2,30	14,62		

(00143)

Epés, húsmentes

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	




















2021.02.12.
péntek

(00143) Epés, húsmentes	R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	8 951,70	2 141,54	74,34		13,22	311,42	72,70	12,77	
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
		Madárka, szezámmagos	1 800,74	430,80	12,34	6,36	3,36	72,32	12,54	1,18	
	T	Banán	658,15	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.02.12. péntek	(00165) Sószegény szoc.otthon	V	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Összesen:	8 161,27	1 952,44	80,50		15,62	309,14	61,10	12,64		
2021.02.13. szombat	(00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
			Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90		
		E	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53	  	
			Pulykapörkölt	1 016,46	243,17	25,34	13,76	2,67	4,16	0,00	2,96		
			Fejtettbab főzelék	1 743,77	417,17	17,57	14,31	2,86	53,97	0,66	2,98	 	
			Kenyér, félbarna	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00	 	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Főtt császárszalonna	1 193,81	285,60	10,40	26,40	11,20	1,60	0,40	2,24		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
			Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00		
			Összesen:	10 143,89	2 426,77	112,10		33,07	290,75	47,18	17,07		





2021.02.13.
szombat

(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15		
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40		
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,46	11,30	0,00	3,53		
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	7 684,14	1 838,31	94,07		10,01	269,40	49,70	17,35		
(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
		Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	E	Raguleves diétás	971,58	232,44	15,53	9,66	1,60	20,36	0,00	3,21		
		Szilvas gomboc *mirelit*	3 075,76	735,83	16,47	10,76	1,06	137,50	19,98	1,96		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





		Tej és tejtermékek		(00113)		Tej és tejtermékek									
2021.02.13. szombat	(00113) Tej és tejtermékek	V	Főtt császárszalonna	1 193,81	285,60	10,40	26,40	11,20	1,60	0,40	2,24				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
			Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00				
			Összesen:	9 787,14	2 341,43	81,52		17,83	332,23	65,70	14,49				
	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08				
			Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41				
			Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,46	11,30	0,00	3,53				
			Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46				
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
			Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
	Összesen:	7 413,82	1 773,64	87,37		9,12	239,79	48,32	16,48						





2021.02.13.
szombat

(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 569,46	1 810,88	90,37		12,54	245,67	53,74	15,05		
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00		





2021.02.13.
szombat

00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 190,97	1 720,33	87,63		10,16	248,15	51,20	14,26	
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,46	11,30	0,00	3,53	
		Zöldbabföz. diab. *mir.-ből*	898,79	215,02	7,04	10,50	2,35	22,47	0,66	2,49	
	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Főtt császárszalonna	1 193,81	285,60	10,40	26,40	11,20	1,60	0,40	2,24	
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
		Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
		Összesen:	7 499,84	1 479,16	83,98		23,54	188,68	6,89	15,76	





2021.02.13.
szombat

(00136)

Cukros epés-pépes szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Zöldbabföz. diab. *mir.-ből*	898,79	215,02	7,04	10,50	2,35	22,47	0,66	2,49	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	U	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00	 	





2021.02.13.
szombat

00136	V	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
		Összesen:	6 340,96	1 138,90	85,65		12,24	186,09	6,49	9,45	
(00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	6 497,46	1 554,44	85,09		12,61	186,60	8,38	14,06	





2021.02.13.

szombat

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15		
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,46	11,30	0,00	3,53	
		Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		7 648,95	1 577,85	94,18		15,24	180,49	12,27	13,33	


























2021.02.13. szombat	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
			Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	
			Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	8 367,14	2 001,71	77,62		24,48	249,52	52,70	12,06		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	





2021.02.13. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon	E	Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	 	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76	  	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 569,46	1 810,88	90,37		12,54	245,67	53,74	15,05		
2021.02.14. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	T	Müzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	     	
	E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46	  	
		Temesvári sertéstokány	1 511,41	361,58	24,92	23,69	7,31	11,51	0,83	2,98	 	
		Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05	 	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	10 050,51	2 404,43	96,56		19,76	338,62	54,50	11,91		





2021.02.14.
vasárnap

(00112)

Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
	Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
Összesen:		9 045,78	2 164,07	95,71		14,40	343,51	66,33	14,45	


























2021.02.14.
vasárnap

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	       
		Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	     
	E	Gombás sertés szelet (diétás)	1 233,08	294,99	25,19	17,60	3,96	8,60	0,00	2,68	
		Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
Összesen:		9 619,54	2 301,33	88,62		16,52	337,43	64,20	17,02		





2021.02.14.
vasárnap

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	 	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	 	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47		
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	 	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		Összesen:	9 571,18	2 289,77	72,69		16,09	360,28	96,78	12,97		
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	 	

























2021.02.14.
vasárnap

(00121) Epés szoc.otthon	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41					
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20					
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06					
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					
		Összesen:	10 128,90	2 423,19	91,51		21,73	347,65	67,63	17,22					
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
T		Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08					
E		Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41					
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36					
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06					
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00					
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						











2021.02.14. vasárnap		(00122) Epés pépés otthon											
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	V	Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
		Összesen:	9 353,69	2 237,73	95,91		18,45	341,59	69,29	14,23			
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80			
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	     	
			Zöldfűszeres sült csirkecomb	1 310,27	313,46	32,35	13,38	3,03	2,72	1,27	1,54	     	
			Parolt rizskoret 50 g.	899,29	215,14	4,00	4,79	0,56	38,75	0,00	0,99		
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	 			
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00				
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				





2021.02.14.
vasárnap

(00130) Cukros 100 ~ 100	V	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Összesen:	8 372,83	2 003,10	92,18		18,43	187,57	9,99	11,27			
	(00136) Cukros epés-pépes szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	   	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	    	
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
			Parolt rizskoret 50 g.	899,29	215,14	4,00	4,79	0,56	38,75	0,00	0,99		
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
		U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
Darált zalai felv.	728,99		174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  			
Korpás zsemle	1 053,62		0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12				
	Összesen:	8 305,65	1 671,94	93,34		20,05	189,08	8,37	10,93				












2021.02.14.
vasárnap

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	    
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	 
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
Összesen:		7 842,25	1 876,16	86,33		20,21	183,95	10,81	12,37	





2021.02.14.
vásárnap

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
Összesen:		8 603,95	1 806,32	100,88		23,36	192,53	8,40	12,71	





2021.02.14.
vasárnap

(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Halrúd	899,50	215,19	9,30	11,07	0,63	18,20	0,00	0,00	
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		Összesen:	8 923,12	2 134,72	63,86		10,66	360,66	69,33	11,10	
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T		Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	





2021.02.14. vasárnap (00165) Sószegény szoc. otthon	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Zöldfűszeres sült csirkecomb	1 310,27	313,46	32,35	13,38	3,03	2,72	1,27	1,54		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Alma	145,41	34,78	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	10 913,56	2 610,89	92,63		14,03	353,82	74,54	12,63		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviselői fórum

