



Tételes étlap 2021.03.01. - 2021.03.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.03.01. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Pogácsa, tepertős	3 912,48	936,00	23,36	53,72	24,98	84,54	4,62	5,98		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Sárgaborsóleves pulykahússal	1 780,44	425,94	25,01	19,09	5,22	36,00	0,05	1,65		
		Darásmetélt, barackíz	3 114,84	745,18	18,49	17,67	2,20	127,11	24,92	1,36		
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
	V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40			
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39			
	Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	12 608,76	3 016,44	93,82	42,29	388,23	97,35	12,05				
	(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
Darált zalai felv.		728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76			
Kenyer, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			



2021.03.01.  
hétfő

		(00112)									
		Pépes szoc. otthon									
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
<b>E</b>	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
	Öszibarack mártás	987,51	236,25	3,16	2,75	1,53	48,69	24,22	0,26		
<b>V</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
Összesen:		8 274,50	1 979,54	85,37		22,47	269,24	71,00	15,15		
		(00113)									
		Tej és tejtermékmentes szoc. otthon									
<b>R</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00		
	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
<b>E</b>	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
	Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96		
	Öszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24		
<b>V</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		





2021.03.01. hétfő	(00113)	V	Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Összesen:	6 711,40	1 605,60	72,22		3,54	254,53	68,56	13,62			
	(00114)	Tejmentes pépes szoc. otthon	R	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		
			T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
				Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
				Őszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24		
			V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
				Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
		Összesen:	7 053,01	1 687,32	68,23		9,44	254,71	69,20	14,01				
	(00121)	Epés szoc.otthon	R	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		
			T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.03.01. hétfő	(00121) Epés szoc.otthon	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,00	3,00		
			Őszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24	0,24		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	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	1,54		
			Összesen:	6 982,29	1 670,40	70,96		10,95	251,12	71,96	11,10	11,10		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	0,00		
			Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	1,76		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	0,00		
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	3,02		
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	3,51		
			Őszibarackpüre mártás D.TM.	527,09	126,10	2,21	0,30	0,03	27,80	5,57	0,23	0,23		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	0,00			
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	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	1,54			
	Összesen:	7 183,42	1 718,51	70,83		11,60	258,42	69,21	11,60	11,60				





2021.03.01.

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			
	Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00			
	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		
		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		
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
		Rakott brokkoli mir.	2 034,29	486,67	32,50	24,49	8,17	33,26	1,98	4,29		
	U	Alma	232,66	55,66	0,64	0,64	0,00	11,20	0,00	0,02		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Szendvicsskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:		6 980,47	1 669,98	82,08		17,91	184,86	5,76	13,44		





















2021.03.01.

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 zalai felv.	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			
	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		
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	  	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  	
		Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24	 	
	U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	 	
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	 	
	V	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		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		6 419,14	1 535,69	73,20		14,40	198,23	9,88	12,07		





2021.03.01.

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				
	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				
	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			
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00			
		Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24			
	U	Sajt klf. Trappista	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97			
		Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80			
	V	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			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Összesen:		6 651,87	1 591,37	82,36		18,44	190,41	8,61	12,50			





2021.03.01.

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 zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
	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	
		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	
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
		Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24	
	U	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		7 781,24	1 861,55	95,74		32,03	192,08	9,61	14,58	







2021.03.01.  
hétfő

(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
		Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16		
		Öszibarack mártás tejml.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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		
		Összesen:	7 013,45	1 677,86	55,15		11,69	265,57	76,57	8,24		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		





2021.03.01. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon	E	Őszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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				
		Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		Összesen:	7 369,20	1 762,96	67,60		6,66	299,54	104,14	9,63				
2021.03.02. kedd (00101) Normál 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				
		Kukoricás kenyér	1 630,20	390,00	13,62	1,70	0,46	77,92	2,00	2,10				
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
	E	Burgonyaleves majorannás	1 116,22	267,04	5,46	10,24	1,89	37,28	0,40	1,58				
		Főtt hús	865,41	207,04	27,30	10,53	3,75	0,52	0,00	0,27				
		Paradicsomos káposzta főzelék	1 072,28	256,53	6,48	7,82	0,84	39,24	11,99	2,18				
		Kenyer, 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				
		Sonkás-sajtos tekerecs	3 302,00	789,95	31,92	30,25	14,24	97,16	3,44	3,85				
		Összesen:	9 863,75	2 359,76	95,97		26,08	332,69	64,89	11,45				





2021.03.02. kedd (00112) Pépes szoc. otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	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			
	Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58			
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	  		
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21			
	Tejf.burgonyafőzelék diétás	1 078,05	257,91	7,23	2,95	1,55	49,50	0,66	2,70	 		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 		
	Cukkínifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02	 		
Összesen:		9 879,26	2 363,47	104,53		30,07	223,14	56,04	11,79			





2021.03.02.

kedd

(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		
	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		
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	E	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14	
		Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19	
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Rizszeshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
	Összesen:		8 571,81	2 050,67	90,19		11,40	271,67	47,32	20,61	





2021.03.02. kedd	(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	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
			Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		E	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
			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	
			Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99		
		Összesen:	8 403,08	2 010,30	93,20		13,58	243,81	47,24	13,02		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Szeletelt sajt	865,26	207,00	14,04	16,74	11,34	0,00	0,00	1,20		
	Csészés 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			





2021.03.02.  
kedd













(00121) Epés szoc.otthon	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		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	
		Rizszeshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
		Összesen:	8 817,30	2 109,40	94,34		21,40	273,83	48,50	19,48	
(00122) Epés 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	
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		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		
	Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		





2021.03.02.  
kedd

00122  
(00130)  
Cukros 180 g CH szoc.otthon

V	Cukkínifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02	 
	Összesen:	9 976,61	2 386,75	105,06		28,71	232,14	55,95	11,74	
R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Szeletelt sajt	1 153,68	276,00	18,72	22,32	15,12	0,00	0,00	1,60	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
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	Zöldbaleves diab.*mirelit*	707,26	169,20	5,56	7,32	1,75	19,84	0,50	3,14	   
	Paprikásburgonya diab.	1 860,21	445,03	26,49	17,88	4,00	43,23	0,00	4,17	
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
U	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	
V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Rizszeshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
	Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
	Összesen:	8 714,95	1 895,88	92,29		28,31	184,24	6,94	18,67	





2021.03.02.

kedd

(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				
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
	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			
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12			
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21			
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67			
	U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03			
		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			
Majorannás darált serteshús		1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82				
Cukkínifőzelék		1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02				
Összesen:		8 157,50	1 951,57	82,41		15,81	185,06	8,96	9,74				







2021.03.02. kedd (00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Szeletelt sajt	865,26	207,00	14,04	16,74	11,34	0,00	0,00	1,20	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		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	
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	
		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	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
		Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab.Rizszeshús (diétás)	1 555,56	372,14	24,50	13,04	2,43	38,75	0,00	4,43	
		Összesen:	6 814,84	1 630,35	89,46		19,65	192,80	1,13	16,55	


















2021.03.02.

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			
	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			
	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		
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	  	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67		
	U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
		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		
		Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 	
Cukkínifőzelék		1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02	 		
Összesen:		9 187,86	2 198,07	104,57		28,70	186,34	8,96	11,56			





2021.03.02.  
kedd

(00143)  
Epés, húsmentes

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Szeletelt sajt	865,26	207,00	14,04	16,74	11,34	0,00	0,00	1,20		
	Csészés 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		
T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
E	Zöldbabbpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33		
	Rántott karfiol mirelit	1 131,17	270,62	2,40	19,99	1,48	19,00	0,00	0,00		
	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		
	Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07		
	Cukkinifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02		
	Összesen:	8 232,44	1 969,48	51,94		18,81	272,53	49,51	9,98		

(00165)  
Sószegegy 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		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Kukoricás kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
E	Zöldbableves *mirelitből	638,24	152,69	5,36	5,55	0,62	19,96	0,00	2,83		





2021.03.02. kedd											
(00165) Sószegény szoc.otthon											
E	Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Rizszeshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99		
	Összesen:	7 731,13	1 849,55	67,08		11,76	209,58	51,44	12,32		
2021.03.03. szerda											
(00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34		
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42		
	Sertés vetrece	1 463,74	350,18	29,29	21,34	5,56	9,78	0,33	3,29		
	Orsótészta	1 769,01	423,21	15,00	7,73	1,11	72,90	0,00	1,77		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74		
	Kenyer, 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		
	Összesen:	8 993,71	2 151,61	101,12		21,27	279,81	51,81	13,35		





2021.03.03. szerda (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zellerkrémleves (frissből)	1 220,29	291,94	6,59	16,06	2,77	29,06	0,60	3,31	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		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	
		Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74	
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	
		Összesen:	8 474,06	2 027,28	87,45		19,08	288,87	55,08	15,83	





2021.03.03.

szerda

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
	Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
Összesen:		7 168,81	1 715,04	66,41		14,64	232,56	67,19	13,99	





2021.03.03.  
szerda

		(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon									
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74	 
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	 	
	Összesen:	6 937,56	1 659,71	59,59		12,87	247,60	67,19	13,94		
	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	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	





2021.03.03.  
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	E	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20			
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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			
		Összesen:	7 750,48	1 854,19	84,39		15,07	251,42	74,09	14,46			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kétfíres 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		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
			Sárgarépa főzelékpüré *mir.* TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53		
		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:	7 470,89	1 787,30	75,35		14,99	254,31	59,09	14,46				







2021.03.03.

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		
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34		
	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	Zellerkrémleves (frissből)	768,94	183,96	4,89	9,02	2,23	20,32	0,66	3,46	
		Csőben sült húsos zölds.F*	1 596,87	382,03	39,05	15,57	7,86	21,29	0,05	2,87	
		Párolt bulgur fél adag	858,60	205,41	7,37	0,80	0,14	45,52	0,00	2,68	
	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	
		Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74	
		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	
	Összesen:		8 044,40	1 735,47	98,69		26,60	183,64	12,74	12,91	





2021.03.03.

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			
	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		
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60		
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Sárgarépa főz. diab.*mirelitből	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60		
	U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60		
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		6 870,71	1 643,74	85,96		17,70	186,98	6,96	11,16		





2021.03.03.

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		
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
	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	
		Ham-Let rizs	429,00	102,63	2,70	0,66	0,00	21,00	0,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		Sárgarépa főzelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	
	U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:		6 995,17	1 673,51	84,42		16,82	194,14	6,95	13,45	





2021.03.03. 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	
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
		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	
		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	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Sárgarépa főzelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Abonett	287,16	68,70	3,67	0,47	0,06	12,36	0,00	0,00	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 955,76	1 903,31	90,80		22,05	189,94	13,92	10,64	





2021.03.03. szerda											
(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	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16	
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50	
	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	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:	6 708,22	1 604,84	52,71		12,33	250,03	76,50	10,28		
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zellerkrémleves (frissből)	611,51	146,29	3,39	7,98	1,78	14,84	0,63	4,37	





2021.03.03. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20			
	Parolt rizskoret 30 g.	609,74	145,87	2,40	4,73	0,55	23,25	0,00	0,99			
	Párolt zöldség köret	857,06	205,04	7,70	8,30	3,46	24,85	0,05	1,68			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Húspástétom	848,04	202,88	11,15	14,27	5,61	6,30	0,00	0,74	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:	8 784,05	2 101,45	92,49		21,70	264,65	53,38	15,20			
2021.03.04. csütörtök (00101) Normál 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		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83	  	
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	E	Csirkegulyás	1 974,43	472,35	30,78	25,58	7,12	29,31	0,00	2,16	 	
		Rizsfelfújt	2 958,34	707,73	22,21	11,54	4,93	127,74	26,00	0,57	   	
		Gyümölcsöntet	519,88	124,37	1,06	0,05	0,04	29,62	23,35	0,32		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00	  	





2021.03.04.  
csütörtök

(00101) Normál otthon	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
		Összesen:	10 941,00	2 617,44	103,38		20,56	405,85	104,41	6,77		
(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		
		Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83	  	
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	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	  	
		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		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	 	
		Összesen:	9 382,78	2 244,68	84,77		18,35	361,17	72,39	14,49		





2021.03.04.  
csütörtök

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

<b>R</b>	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	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	
<b>T</b>	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
<b>E</b>	Zöldséglevés	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
	Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
	Petrezselymes rizskoret 80g	1 446,47	346,05	6,53	7,68	0,89	62,29	0,00	2,47	
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
<b>V</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
	Összesen:	9 605,75	2 298,02	105,43		19,89	304,17	45,40	16,32	







2021.03.04. 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	
			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	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		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	
			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	
			Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Összesen:	9 895,04	2 367,24	75,20		23,07	342,39	73,57	15,63	
		(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00





2021.03.04.  
csütörtök

Epés szoc.otthon (00121)	R	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	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			
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41			
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Csészsés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18			
		Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	10 227,51	2 446,77	104,26		24,28	349,67	78,23	14,36			
	Epés pépes szoc. otthon (00122)	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		
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			





2021.03.04.  
csütörtök

		(00122)										
		Epés pépes szoc. otthon										
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			
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		12 610,40	3 016,84	99,59		28,41	373,19	91,59	14,61			
		(00130)										
		Cukros 180 g CH szoc.otthon										
R	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			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
T	Keserü 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			
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46			
	Gombás csirke	1 609,63	385,08	41,69	21,19	4,94	6,36	0,66	3,22			





2021.03.04.  
csütörtök

		(00130)									
		Cukros 180 g CH szoc.otthon									
<b>E</b>	Petrezselymes rizskoret 50 g	1 091,61	261,15	4,29	9,46	1,08	39,40	0,00	2,47		
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
<b>U</b>	Korpvit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
<b>V</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	<b>Összesen:</b>	<b>6 555,93</b>	<b>1 568,41</b>	<b>87,99</b>		<b>11,11</b>	<b>178,37</b>	<b>3,10</b>	<b>11,77</b>		
		(00136)									
		Cukros epés-pépes szoc.otthon									
<b>R</b>	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		
	Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
<b>T</b>	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		
<b>E</b>	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78		
<b>U</b>	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		





2021.03.04.  
csütörtök

(00136) Cukros epés- otthon	V	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			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Összesen:	6 860,03	1 641,18	65,60		17,77	180,91	10,85	8,65			
	(00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserü 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	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	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
			Burgonyapüré	1 277,11	305,53	8,66	5,75	2,61	53,74	0,03	2,59		
		U	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
		V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Csészes 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			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Összesen:	8 962,60	2 144,19	111,38		25,67	191,48	9,05	14,78			





2021.03.04.  
csütörtök

(00139) Cukros 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					
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18					
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77					
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00					
		Ham-Let rizs	286,00	68,42	1,80	0,44	0,00	14,00	0,00	0,00					
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46					
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21					
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78					
	U	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01					
V	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						
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16						
	Összesen:	7 101,43	1 698,93	75,02		14,02	180,06	11,17	10,10						
(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					





2021.03.04.  
csütörtök

(00143)  
Épés, húsmentes

R	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	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	
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    
	Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03	  
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
	Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
Összesen:		11 710,41	2 801,52	97,98		40,35	369,91	78,23	15,31	

(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	
	Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83	  
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    





2021.03.04. csütörtök		Sószegény szoc. otthon (00165)										
E	Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08			
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
	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		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Csészes margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01				
Összesen:	9 621,86	2 301,87	97,19		15,82	351,05	71,19	12,38				
2021.03.05. péntek		Normál szoc.otthon (00101)										
R	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			
	Madárka, sajtos	1 770,64	423,60	13,70	7,86	4,90	66,24	11,50	1,20	  		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Gyümölcsleves(alma, meggy)	998,51	238,88	1,29	2,53	1,30	51,89	39,96	0,47			
	Cigánypecsenye	4 500,89	1 076,77	22,58	108,21	40,87	1,55	0,00	5,27			
	Petrezselymes burgonya	1 509,35	361,09	7,81	8,98	1,03	60,69	0,00	1,51			
	Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			







2021.03.05.  
péntek

(00101) Normál otthon	V	Disznósajt	1 053,36	252,00	11,60	22,64	8,13	0,16	0,00	3,50			
		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:	13 510,78	3 232,24	74,83		59,18	300,60	102,90	15,42			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
			Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
			Vagdalt	1 517,13	362,95	17,71	25,04	7,65	16,02	0,19	3,46		
			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		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
Darált top löncs			1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
Kenyér, félbarna			1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
		Összesen:	8 297,14	1 984,97	76,46		25,36	247,72	49,04	16,84			





2021.03.05.  
péntek

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

<b>R</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
	Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
<b>E</b>	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
	Tökfözelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	
<b>V</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Disznósajt	1 053,36	252,00	11,60	22,64	8,13	0,16	0,00	3,50	
	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:	8 194,90	1 960,49	87,55		17,76	258,27	45,08	19,50	





2021.03.05. péntek	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
			Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
			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	
			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	
		Összesen:	7 613,60	1 821,42	84,75		15,13	262,05	45,72	18,07		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	





2021.03.05.  
péntek

(00121) Epés szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75			
		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			
		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:		7 741,68	1 852,08	77,75		14,19	259,08	64,45	13,70			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	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		
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75			
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31			
		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			
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61				





2021.03.05.  
péntek

00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 251,79	1 734,88	71,62		12,82	251,04	49,45	13,81	
(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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Vajas jellegű kifli	943,52	225,72	7,31	2,34	1,19	40,37	2,10	0,71	
	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	
		Vajas jellegű kifli	314,51	75,24	2,44	0,78	0,40	13,46	0,70	0,24	
	E	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39	
		Diab. milánói makaróni	2 405,41	575,46	35,05	26,07	9,08	49,41	0,00	5,39	
	U	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Disznósajt	1 053,36	252,00	11,60	22,64	8,13	0,16	0,00	3,50	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
		Összesen:	8 019,57	1 918,57	75,14		23,66	175,45	10,41	14,57	





2021.03.05.

péntek

(00136)

Cukros epés-pépes szoc.otthon

<b>R</b>	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		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
<b>T</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
<b>E</b>	Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91		
	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		
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
<b>U</b>	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
<b>V</b>	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:	5 797,00	1 386,85	67,68		12,03	173,93	3,90	9,44		





2021.03.05.

péntek

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	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		
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
	E	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39		
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
		Tökfözelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03		
	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		
		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:		6 253,82	1 496,15	77,06		14,47	173,12	3,26	13,00		





2021.03.05.

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			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Vajas jellegű kifli	943,52	225,72	7,31	2,34	1,19	40,37	2,10	0,71			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Korpovit keksz	31,81	7,61	0,26	0,25	0,02	1,08	0,11	0,04		
	E	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39		
		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	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		
		Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
Összesen:		7 606,12	1 819,67	76,35		20,70	171,60	11,41	14,80			
(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		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			







2021.03.05.  
péntek

(00143) Epés, húsmentes	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75			
		Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16			
		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			
		Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94			
		Csészés 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:		8 736,00	2 089,95	64,70		22,34	258,28	70,80	11,29			
	(00165) Sószegegy 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 jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
			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			
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			





21.03.	00165	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	8 378,52	2 004,43	65,89		11,83	262,62	87,99	11,67		
2021.03.06. szombat	(00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28		
			Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64		
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		E	Daragaluska leves	989,26	236,67	6,53	10,46	1,26	28,60	0,00	2,84		
			Székelykáposzta	1 850,43	442,69	30,39	23,16	6,78	27,50	0,99	4,35		
			Tönköly kenyér	66,67	15,95	5,83	1,35	0,43	28,13	0,21	3,86		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	9 138,03	2 039,36	91,52		20,48	332,77	70,78	16,85		
		(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
				Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28	
	Brios cukor nélküli		3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64			
T	Zabkeksz		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			





2021.03.06.  
szombat

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21			
		Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73			
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kétféles 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	 		
		Összesen:	9 373,75	2 242,54	84,66		16,33	352,29	114,83	11,44			
	(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		
			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	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
T		Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
E		Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 		
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25			
		Meggy mártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73			
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97			















2021.03.06.  
szombat

		(00113)												
		Tej és												
		tejmentes												
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48					
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40					
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00					
Összesen:		7 634,12	1 679,57	66,03		12,66	277,32	86,75	12,50					
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	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40					
	T Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
	E Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07					
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21					
	Meggymártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73					
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97					
	V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
V	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					
	Összesen:	7 640,49	1 827,88	61,08		13,44	275,90	87,15	12,59					





2021.03.06. szombat	(00121) Epés 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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
			Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25	
			Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	 
			Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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		
		Összesen:	7 876,13	1 884,25	80,15		16,62	277,22	80,97	10,72		
	(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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	





2021.03.06.  
szombat

(00122)	Epés pépes szoc. otthon	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07				
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21				
			Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73				
			Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97				
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
			Kétféles 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				
		Összesen:			7 628,09	1 824,91	75,40		14,55	276,33	80,31	10,66			
		(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		
Sós kalács	1 213,88				290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12				
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	Rizsleves			469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60				
	Főtt hús			798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25				
	Meggy mártás diab. *mirelit*			771,44	184,55	4,15	3,48	1,51	31,87	0,66	1,03				
	Piritott dara 20g.			426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97				
U	Alma			145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				





2021.03.06. szombat	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Összesen:	7 467,49	1 639,71	73,00		16,26	193,04	12,25	12,07	
	(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	
			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	Keserü 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	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Meggymártáspüré diab. *mir.*	659,41	157,75	3,61	1,08	0,01	31,21	0,00	0,52	
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
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			





2021.03.06.  
szombat

(00136) Cukros ételek	V	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	
		Összesen:	7 197,47	1 721,90	71,04		17,47	176,25	15,46	9,38	
(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	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	
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25	
		Meggy mártás *mir.* TM.	659,41	157,75	3,61	1,08	0,01	31,21	0,00	0,52	
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	U	Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02	
	V	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	
	Összesen:	6 492,38	1 553,22	81,63		16,52	188,96	9,09	9,88		







2021.03.06.

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						
	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					
		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					
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60					
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19					
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97					
		Meggymártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73					
	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					
		Kétféles túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14					
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77					
	Összesen:		5 929,57	1 418,58	63,57		14,43	185,75	34,19	9,04					





2021.03.06.  
szombat

(00143)  
Epés, húsmentes

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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
		Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	
		Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	 
	V	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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		
Összesen:		8 098,05	1 937,34	56,19		15,71	288,91	80,97	10,50		
R	(00165) Sószegény szoc. otthon	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28	 
		Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64	
	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25	












2021.03.06. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon													
E	Meggy mártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75				
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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			
		Zöldpaprika	32,76	7,83	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
	Összesen:	9 810,89	2 347,11	90,63		18,86	360,16	116,99	10,64				
2021.03.07. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33			
		Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
		Párizsi csirkemell	1 932,57	462,34	30,41	32,85	4,13	10,71	0,00	1,93			
		Burgonyapüré	1 332,77	318,84	8,76	4,85	2,15	58,81	0,03	1,97			
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
	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			





2021.03.07.  
vasárnap

00101 (00112) Pépes szoc. otthon	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
		Összesen:	9 566,40	2 288,60	95,97		17,00	291,87	60,55	15,26	
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tojáskrém	675,87	161,68	8,34	12,87	3,40	1,34	0,00	1,57	  
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
		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 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	 
		Összesen:	7 458,86	1 784,40	90,07		8,69	274,32	60,03	14,51	





2021.03.07.  
vasárnap

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

<b>R</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
<b>E</b>	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46	
	Zöldséges sertés szelet	1 072,88	256,67	22,14	15,65	3,74	6,49	0,00	3,25	
	Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
<b>V</b>	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	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	8 052,52	1 926,43	83,39		11,35	262,36	45,40	19,03	





2021.03.07. vasárnap		(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	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				
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	    	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  	
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68			
		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	 			
Összesen:		6 836,57	1 635,53	70,94		5,77	282,79	72,23	16,60				
R	(00121) Epés szoc.otthon												
	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 			
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18				





2021.03.07.  
vasárnap

		(00121)										
		Epés szoc.otthon										
R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46			
	Őszibarackos sertésszelet	1 619,00	387,32	29,56	24,55	8,41	11,44	0,00	3,28			
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
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			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	9 712,47	2 323,55	102,10		30,00	295,37	63,43	14,76			
		(00122)										
		Epés pépes szoc. otthon										
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46			
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
	Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75			
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			









		2021.03.07. vasárnap									
(00122) Epés pépés otthon	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	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	10 155,51	2 429,55	108,23		23,54	292,62	69,44	13,01	
(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	
		Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	
		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	
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89	
		Kakukkfűves csirkemell	792,76	189,66	27,21	8,55	1,13	0,81	0,00	1,19	
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	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	
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		







2021.03.07. vasárnap (00136) Cukros epés-pépes szoc.otthon	00130	V Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	6 155,57	1 472,63	79,27		12,13	173,16	2,66	13,22	
	R Késérü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	0,00	1,94	 
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	0,18	
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T Késérü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	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	0,03	 
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	E Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	2,66	  
	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	2,78	
	U Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	0,18	
	V Késérü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	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	2,24	  
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:	8 957,29	2 142,90	88,73		27,24	180,19	15,57	12,52		





















2021.03.07.  
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		
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	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	
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	 
	E	Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	  
		Zöldséges sertés szelet	1 072,88	256,67	22,14	15,65	3,74	6,49	0,00	3,25	
		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	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	
		Sonka szalámi	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:		8 259,37	1 975,94	87,98		26,72	185,44	8,75	15,74	






















2021.03.07.

vasárnap

(00139)







Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tojáskrém	675,87	161,68	8,34	12,87	3,40	1,34	0,00	1,57	  	
	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	
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	  
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  
		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	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 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:		7 533,81	1 802,34	77,56		14,92	193,45	9,37	15,30	





2021.03.07.  
vasárnap

(00143) Épés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 
		Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46	  
		Sajtropogós	2 352,75	562,86	19,27	37,81	12,64	36,05	0,04	3,15	  
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kézfíres 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	
		Összesen:	11 376,86	2 721,74	98,82		38,20	342,44	81,77	13,54	
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	
		Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.03.07. vasárnap (00165) Sószegény szoc. otthon	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96		
		Őszibarackos sertésszelet	1 619,00	387,32	29,56	24,55	8,41	11,44	0,00	3,28		
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
	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		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		8 058,31	1 927,81	84,42		15,86	275,16	48,43	13,46		

.....  
élelmezésvezet

.....  
intézményvezet

.....  
érdekképviseleti fórum

