




Tételes étlap 2021.03.08. - 2021.03.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.03.08. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R 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		
		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 Francia hagymaleves	707,96	169,37	3,37	8,44	2,21	19,82	0,03	1,82		
		Tavaszi rizseshús (pulyka)	2 613,93	625,34	27,04	26,14	3,84	69,66	0,00	1,39		
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		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		
		Összesen:	7 536,79	1 803,06	82,96		17,45	296,55	62,28	17,01		
		(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			
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 Húsgaluscaleves	1 016,84		243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74			





2021.03.08. hétfő												
(00112) Pépes szoc. otthon	E	Tejbenrizs	1 760,67	421,21	12,87	4,33	2,32	82,18	29,97	1,33	 	
	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	  	
		Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
	Összesen:		6 197,29	1 482,59	79,77		10,14	282,19	78,63	16,75		
(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		
		Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	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	 	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Húsgaluskaleves	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	  	
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
	Összesen:		9 007,04	2 154,79	96,04		10,15	292,15	78,21	12,32		





2021.03.08.  
hétfő

(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 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		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	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			
(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.03.08.  
hétfő

		(00115)										
Folyékony pépes szoc.otthon	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 főz. diab.*mirelit böll	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Összesen:	6 504,30	1 556,05	52,63		10,45	175,34	84,02	6,73		
Epés szoc.otthon	R	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		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Húsgaluskaleves	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		
		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		
		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			





2021.03.08.  
hétfő

		(00122)											
		Epés pépes szoc. otthon											
(00130)	Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	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		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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			
(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		
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		





2021.03.08.

























hétfő

(00130)	Cukros 180 g CH szoc.otthon	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.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							
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16							
			Összesen:	7 589,21	1 563,54	76,84		19,75	179,31	8,75	9,21							
		(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							
	Csészés margarin			213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12							
	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							





2021.03.08.  
hétfő

		(00136)									
		Cukros epés-pépes szoc.otthon									
(00136)	E	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:		6 957,85	1 286,47	94,55		14,51	184,31	2,23	13,21	
(00138)	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	   
		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	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Húsgalus kaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47	   
		Diab.rizsfelfújt	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	





2021.03.08.  
hétfő

(00138) Cukros epés szoc. otthon	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	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			
		Összesen:	6 444,80	1 415,79	79,01		12,85	184,61	2,63	9,94			
	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserü 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		
			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		
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			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. 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			
		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			




























2021.03.08.  
hétfő

		(00139)										
		Cukros pépes										
<b>V</b>	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			
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			
	<b>Összesen:</b>	<b>6 885,49</b>	<b>1 395,19</b>	<b>87,15</b>		<b>16,58</b>	<b>187,93</b>	<b>1,85</b>	<b>10,87</b>			
<b>R</b>	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			
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
<b>E</b>	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41			
	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			
<b>V</b>	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			
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	<b>Összesen:</b>	<b>8 695,39</b>	<b>2 080,23</b>	<b>55,54</b>		<b>11,03</b>	<b>385,30</b>	<b>124,67</b>	<b>7,39</b>			





2021.03.08. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon	R	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		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Húsgaluskaleves	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	   	
		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		
		Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
	Összesen:	9 663,36	2 311,80	100,08		21,83	341,86	105,61	10,23			
2021.03.09. kedd (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	 	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Minitutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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	 	





		2021.03.09. kedd									
(00101) Normál szoc.otthon	T	Kivi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Tarhonyaleves	939,08	224,66	4,99	11,14	2,60	25,48	0,00	2,60	
		Sült kolbász	2 006,41	480,00	16,25	46,37	16,99	1,25	0,25	2,25	
	Lencsefőzelék	2 051,43	490,77	28,81	9,73	0,85	71,42	4,00	2,05		
	Rozskenyér	668,80	160,00	5,82	0,86	0,16	31,69	0,46	0,79		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Húsos pirog	2 905,91	695,19	34,37	25,80	7,46	80,96	0,23	2,03	
	Összesen:		11 336,31	2 712,03	109,16		30,60	335,18	54,92	12,40	
	(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	
Huskrem, 48 g, 30g			336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	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	





2021.03.09.





















kedd

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	00112	V	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38	
			Összesen:	9 122,95	2 182,52	101,69		18,19	306,35	60,38	15,18	
	00113	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	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	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	Kivi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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:	8 263,07	1 976,81	86,74		14,46	275,00	61,27	16,82	





2021.03.09.  
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		
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	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 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:		8 278,39	1 980,47	90,54		14,71	287,99	59,41	14,75	
		(00115)	Folyékony pépes 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		
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
T	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
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		





2021.03.09.  
kedd

(00115) Folyékony	E	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:	6 139,55	1 468,80	70,06		14,40	193,13	47,29	7,44			
	(00121) Epés 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		
			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	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:	8 461,54	2 024,30	83,23		15,96	278,19	77,84	12,61				





2021.03.09.

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		
		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	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:	8 250,57	1 973,83	80,95		15,72	281,93	78,04	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		
		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	Paradicsomleves diab.	613,69	146,82	4,50	5,53	0,60	19,59	0,00	2,61	  	





2021.03.09.  
kedd

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	Bajorrostélyos diab.	2 088,95	499,75	28,22	23,55	7,24	42,23	1,32	4,23					
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20					
	U	Kivi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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					
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38					
		Összesen:	6 422,66	1 347,49	77,96		17,58	170,26	1,39	11,29					
	(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				
			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				
			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				
		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					
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						







2021.03.09. kedd	00136	V	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38	
			Összesen:	7 879,85	1 885,15	83,43		17,24	196,02	8,61	9,26	
	(00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserü 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	
			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	
			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	
	Zsemle, vizes		363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	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:	8 206,10	1 774,16	88,92		19,04	184,41	7,86	11,54	





2021.03.09.

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		
	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		
	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:		6 798,02	1 437,29	87,87		17,20	188,80	1,28	11,57		
R	(00143) Epés, húsmentes	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	





2021.03.09.  
kedd

(00143) Epés, húsmentes	R	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	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		
		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		
		Pásztor pite *húsmentes	1 971,49	471,65	13,06	20,04	8,48	58,69	0,07	2,66		
		Összesen:	7 162,63	1 713,55	39,39		13,21	270,93	78,15	9,85		
	(00165) Sószegény 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		
		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		Kivi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
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			





2021.03.09. kedd											
(00165) Sószegény szoc.otthon											
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:	8 723,43	2 086,95	93,73		18,40	272,99	63,74	15,39		
2021.03.10. szerda											
(00101) Normál szoc.otthon											
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		
	Graham kenyér	2 019,00	483,02	21,50	3,17	0,84	85,17	1,29	2,24		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Burgonyaleves zöldséges	1 299,93	310,99	9,24	6,17	0,77	53,54	0,08	1,86		
	Rakott karfiol bulgur	1 973,54	472,14	30,33	23,36	8,11	35,85	1,98	1,59		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Olasz felv.	1 419,99	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		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	Összesen:	9 515,10	2 276,33	92,20		25,93	286,93	48,75	10,92		





2021.03.10. szerda (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	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			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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			
		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			
		Darált olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00			
		Összesen:	7 390,87	1 768,14	69,36		16,92	247,14	51,26	13,55			





2021.03.10.

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			
	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			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		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		
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	Összesen:		7 872,00	1 883,24	85,77		17,09	243,51	46,43	14,41		





2021.03.10.  
szerda

(00114)	Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	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			
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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 olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26			
			Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40			
	Összesen:	7 642,65	1 828,37	77,05		17,05	255,54	46,26	12,01					
(00115)	Folyékony pépes 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			
			Tejpor, zsíros	414,12	99,07	5,10	5,40	2,98	7,40	0,00	0,32			
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Tarhonyaleves diétás	684,49	163,75	3,93	5,23	0,61	24,70	0,00	2,73			





2021.03.10.  
szerda

		(00115)												
		Folyékony pépes												
(00121)	Épés szoc.otthon	E	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19			
			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		
				Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
			Tehéntúró félzsiros	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10			
		Összesen:			5 331,38	1 275,44	58,99		11,62	176,14	69,16	5,90		
		E	Épés szoc.otthon	R	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	
					Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
T	Citromos tea			259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
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.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			
	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:			8 614,02	2 060,77	103,16		26,08	242,76	52,76	15,66				







2021.03.10.

szerda

(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	 			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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:		8 502,07	2 033,98	91,98		26,03	260,62	47,76	15,50			





2021.03.10. 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	0,00		
		Graham zsemle	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13			
	T	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			
		Graham zsemle	603,80	144,45	5,19	1,20	0,39	25,70	0,31	0,57			
	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			
		Olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26			
		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:	8 586,79	2 054,27	82,76		23,26	178,97	8,51	12,43			














2021.03.10.

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			
	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		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		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:		9 813,86	2 347,83	94,61		31,69	190,84	15,92	11,97			





2021.03.10.

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			
	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	1 090,23	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		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		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:		8 981,30	2 148,65	100,66		30,07	184,75	9,48	15,01		





2021.03.10.

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			
	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		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	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		
		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 párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:		6 754,30	1 363,81	63,53		13,71	173,99	7,97	11,00		





2021.03.10.  
szerda

		(00143)										
		Epés, húsmentes										
(00165)	Sószegegy szoc. otthon	R	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	
			Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36	
			Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	
			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	
			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:	8 588,69	2 054,71	80,52		24,91	257,12	57,06	11,91			
		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tojáskrém	485,08	116,04	6,13	9,17	2,41	1,03	0,00	1,27	
			Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	





2021.03.10. 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:	7 537,64	1 803,25	86,79		12,35	239,14	51,26	15,73	
2021.03.11. 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	
			Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
		T	Narancs	173,10	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,00	
		E	Palócleves	1 253,90	299,98	17,34	14,40	3,65	24,48	0,79	2,14	
			Aranygaluska	3 551,22	849,57	22,11	38,52	10,68	103,32	25,19	0,15	
			Vaniliasodó	998,07	238,77	6,80	3,09	1,69	45,71	35,11	0,90	
		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	





2021.03.11.  
csütörtök

(00101) Normál	V	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
		Összesen:	11 260,48	2 441,83	89,82		26,02	382,35	122,92	10,26	
(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	
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	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	
		Őszibarack befőtt	256,92	61,46	0,35	0,00	0,00	14,84	9,80	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:	9 203,31	2 201,74	91,56		14,71	347,56	72,17	20,68	







2021.03.11.  
csütörtök

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

<b>R</b>	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	
<b>T</b>	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
<b>E</b>	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	
	Őszibarack befőtt	293,62	70,24	0,40	0,00	0,00	16,96	11,20	0,00	
<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:	9 942,11	2 378,49	76,42		31,87	287,63	57,18	17,70	





2021.03.11.  
csütörtök

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

<b>R</b>	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	
<b>T</b>	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
<b>E</b>	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	
	Őszibarack befőtt	293,62	70,24	0,40	0,00	0,00	16,96	11,20	0,00	
<b>V</b>	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:	8 502,80	2 034,16	84,41		16,85	293,72	57,29	16,39	





2021.03.11.  
csütörtök

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	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						
	Tehéntúró félzsiros	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10						
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00						
	T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01					
	E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	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					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00					
		Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46					
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18					
		Összesen:	7 119,73	1 703,28	71,32		22,80	166,23	55,73	7,79					
	(00121)	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					
T		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					




































2021.03.11.  
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	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		
		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		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	10 800,97	2 583,96	84,98		33,74	326,67	60,77	18,20		
	(00122) Epés 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		
		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		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		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2021.03.11. csütörtök		(00122) Epés											
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	V	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:	9 019,84	2 157,85	88,66		15,25	337,29	60,80	18,50			
	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	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56			
		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		
			Narancs	173,10	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,00		
		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	 	
			Graham zsemle	603,80	144,45	5,19	1,20	0,39	25,70	0,31	0,57		
	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	  		





2021.03.11.  
csütörtök

00130	V	Graham zsemle	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13	
		Összesen:	7 106,02	1 573,98	84,12		18,69	188,22	3,26	15,24	
(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	
		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	
	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	
		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	Keserü 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	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	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	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 721,32	1 847,22	82,70		19,87	198,54	11,20	13,75	





2021.03.11.  
csütörtök

(00138)  
Cukros epés szoc. otthon

<b>R</b>	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	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
<b>T</b>	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		
<b>E</b>	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		
<b>U</b>	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
<b>V</b>	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:	8 061,61	1 802,60	73,01		35,24	180,39	3,60	15,81		





2021.03.11.  
csütörtök

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

<b>R</b>	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		
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
<b>T</b>	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		
<b>E</b>	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		
<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 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		







2021.03.11.  
csütörtök

		(00143) Épés, húsmentes											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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				
	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
			Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06			
	Őszibarack befőtt	367,03	87,80	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,00				
	V	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			
		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			
	Összesen:		7 977,34	1 908,44	51,63		9,75	343,82	81,12	11,13			
		(00165) Sószegegy 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				
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
T	Narancs	173,10	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,00				
E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36				





2021.03.11. csütörtök (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	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		
		Csészés 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		
	Összesen:	11 047,89	2 643,03	79,07		34,89	338,58	76,62	16,20			
2021.03.12. péntek (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	0,40		
		Túrós batyu	2 100,00	502,40	17,20	9,60	0,00	82,60	0,00	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Zöldborsóleves	1 056,95	252,86	9,79	10,01	1,09	30,22	0,00	2,99		
		Paprikás burgonya kolbással	2 260,53	540,80	20,00	19,96	5,21	68,72	0,50	3,87		
		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 felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		





2021.03.12.

péntek

(00112)

Pépes szoc. otthon

00101

V	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
	Összesen:	10 291,25	2 462,04	81,44		22,90	335,74	61,86	12,47		
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		
	Madárka, szezámmagos	1 800,74	430,80	12,34	6,36	3,36	72,32	12,54	1,18		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
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		
	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		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	10 352,06	2 476,56	99,12		30,49	285,86	64,88	15,60		





2021.03.12.

péntek

(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	
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	 
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
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	
	Fokhagymás felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
Összesen:		8 543,66	2 043,94	69,74		19,00	281,36	61,69	15,68	





2021.03.12.

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	
	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	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
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:		7 288,43	1 743,64	66,82		10,47	273,12	61,53	14,49	





2021.03.12. péntek	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	0,40	 
			Tejpor, zsíros	414,12	99,07	5,10	5,40	2,98	7,40	0,00	0,33	
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Tehéntúró félzsíros	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10		
		Összesen:	5 574,04	1 333,50	61,14		13,18	180,99	61,95	6,30		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	
			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	





2021.03.12.  
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	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:	7 046,01	1 685,64	68,23		11,18	271,83	66,35	12,52		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	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	
Minijam *, 25 g			329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		
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		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		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		





2021.03.12.  
péntek

00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 336,25	1 755,07	68,38		11,83	284,34	66,59	13,03	
(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	
		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	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	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 felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02	
		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	
		Összesen:	8 937,85	2 138,26	77,60		30,31	188,74	9,48	15,63	





















2021.03.12.

péntek

(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 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	
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	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	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	
	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	
Összesen:		7 270,49	1 739,36	76,92		12,31	196,95	11,46	10,93	





2021.03.12.

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							
	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 tésztaleves	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	Kefir, 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						
		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	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16						
	Összesen:		8 049,39	1 925,70	96,44		23,86	173,28	9,09	14,94						





2021.03.12.  
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	
		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	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	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	
		Derby tömlős 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	
	Összesen:	7 590,34	1 626,83	74,43		22,06	178,19	10,31	14,81		
(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	
		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	





2021.03.12. péntek		(00143) Epés, húsmentes										
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29			
	Rántott karfiol	576,00	137,80	2,16	6,30	0,00	17,10	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			
	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:		6 823,17	1 632,33	45,19		7,72	288,45	66,35	9,52			
2021.03.12. péntek		(00165) Sószegegy szoc. otthon										
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Madárka, szezámmagos	1 800,74	430,80	12,34	6,36	3,36	72,32	12,54	1,18			
	Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
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			





2021.03.13. szombat (00101) Normál szoc.otthon	21.03. ( 00165	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	7 483,46	1 790,29	78,15		15,62	272,16	61,10	12,55	
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Sajt, gouda	1 194,82	0,00	19,95	21,95	12,29	1,78	0,00	1,64		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90		
	T	Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81		
	E	Olasz húsgombócleves	906,79	216,93	17,01	10,91	2,54	12,22	0,05	2,88		
		Tojásfasírt F*	1 166,31	279,02	13,12	12,36	2,39	28,49	0,00	1,95		
		Parajmártás	988,21	236,41	10,23	10,92	1,76	24,03	0,00	2,26		
		Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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		
		Összesen:	10 414,83	2 205,74	111,15		26,07	329,65	75,91	16,46		





2021.03.13. 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	
	T	Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81	
	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:	8 604,31	2 058,45	101,24		11,96	309,13	78,62	18,16	





2021.03.13.  
szombat

		(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			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
	T	Vanília puding*TM	837,59	116,82	0,72	2,00	0,30	44,70	36,91	0,54		
	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		
		Bacskai hurka	676,26	161,78	11,65	9,11	3,15	8,07	0,00	1,80		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	9 762,14	2 251,88	83,08		7,67	381,85	102,21	14,51			
		(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			
T	Vanília puding*TM	837,59	116,82	0,72	2,00	0,30	44,70	36,91	0,54			





2021.03.13.  
szombat

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	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			
		Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
		Összesen:	8 619,72	1 978,57	83,33		13,40	285,02	85,23	18,24			
	(00115) Folyékony pépes 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		
			Tejpor, zsíros	414,12	99,07	5,10	5,40	2,98	7,40	0,00	0,33		
			Tehéntúró félzsiros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		T	Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81		
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			
		Z.babpürefőzelék *mirelit-ből	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			
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00				







2021.03.13.  
szombat

(00121) Epés szoc.otthon	00115	V	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	 	
			Összesen:	6 402,75	1 531,76	75,95		22,91	181,18	76,97	8,05		
		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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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		


























2021.03.13.  
szombat

(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	
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	
			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	9,37	1,21	0,34	51,40	1,12	1,15	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Vanília puding*diab.	461,99	110,52	5,10	2,31	1,26	17,24	9,29	0,56	
		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	





2021.03.13.  
szombat

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	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	263,40	0,00	2,67	0,38	0,03	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			
		Bacskai hurka	676,26	161,78	11,65	9,11	3,15	8,07	0,00	1,80			
		Korpás zsemle	790,21	0,00	8,01	1,15	0,10	36,42	0,00	0,84			
		Összesen:	6 920,56	1 403,59	86,92		16,67	186,47	15,77	15,26			
	(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		
			Kétféres 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		
			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 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	  		
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			
	Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	 			





2021.03.13.  
szombat

(00136) Cukros epés- otthon	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		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	7 542,14	1 804,36	86,77		15,30	179,72	14,06	9,58		
	(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	
			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	
			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	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		
		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:	7 717,33	1 846,28	88,74		15,42	179,29	14,44	14,12		





2021.03.13.

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			
	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	    	
		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	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		
		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:		7 646,46	1 829,32	92,69		15,32	181,89	13,02	13,58		





2021.03.13.  
szombat

		(00143) Epés, húsmentes									
(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	Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
		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 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:	8 089,47	1 935,28	69,98		14,82	308,57	83,68	11,43		
		(00165) Sószegegy szoc. otthon									
(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	
	T	Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81	
	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	





2021.03.13. szombat		(00165) Sószegény szoc.otthon										
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			
	<b>Összesen:</b>	<b>8 489,63</b>	<b>2 031,02</b>	<b>97,54</b>		<b>14,49</b>	<b>285,40</b>	<b>82,66</b>	<b>15,86</b>			
2021.03.14. vasárnap	(00101) Normál szoc.otthon	R	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	
		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	
			Milánói sertésborda	4 465,96	1 068,41	55,90	40,74	11,38	118,25	4,00	8,39	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Sajtos párizsi	615,29	147,20	10,64	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	
			Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67	
			Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
<b>Összesen:</b>	<b>9 939,75</b>	<b>2 377,93</b>	<b>102,51</b>		<b>17,15</b>	<b>323,01</b>	<b>51,37</b>	<b>15,51</b>				





2021.03.14. vasárnap (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tojáskrém	485,08	116,04	6,13	9,17	2,41	1,03	0,00	1,27	
		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	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	
		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	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:		8 939,83	2 138,71	99,98		15,27	315,20	60,03	16,93	







2021.03.14.  
vasárnap

(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			
	Tojáskrém	485,08	116,04	6,13	9,17	2,41	1,03	0,00	1,27			
	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
			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		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
Összesen:		8 879,28	2 124,22	81,29		14,38	307,68	60,00	16,39			





2021.03.14.  
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		
		Tojáskrém	673,08	161,02	8,29	12,87	3,40	1,23	0,00	0,39		
		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	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		
		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		
	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:	8 238,44	1 970,92	90,78		13,61	281,61	60,00	14,47		
(00115) Folyékony pépes 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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02		





2021.03.14.  
vasárnap

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	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					
		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					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00					
		Tehéntúró félzsiros	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10					
	Összesen:		7 155,70	1 711,90	57,78		13,88	207,52	87,01	6,01					
(00121) Epés szoc.otthon	R	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					
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	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					





2021.03.14.  
vasárnap

		(00121)															
		Epés szoc.otthon															
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								
	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:	10 555,66	2 525,28	88,83		17,51	329,70	69,47	15,69								
	R	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							
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
			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						
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18						
			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						
Összesen:			10 152,47	2 428,82	95,73		15,09	323,04	69,47	13,85							





2021.03.14.  
vasárnap

(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			
	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			
	T	Keserü 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	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	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Sajtos párizsi	615,29	147,20	10,64	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59		





2021.03.14.  
vasárnap

00130	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	6 418,53	1 535,55	79,55		10,53	175,13	3,73	9,18	
(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	
		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	
	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	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		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	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	Keserü 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	
		Összesen:	7 800,43	1 866,15	88,31		13,95	196,44	9,10	11,37	





2021.03.14.  
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		
	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		
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:		7 726,93	1 848,57	83,83		15,31	183,06	8,75	11,91		





2021.03.14.  
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		
	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	
		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	Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	
		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	
		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	







2021.03.14. vasárnap	00139	V	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
			Összesen:	7 922,22	1 706,24	94,00		17,44	183,88	7,62	11,23	
	Epés, húsmentes (00143)	R	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	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    
			Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16	
			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	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 
			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:	9 211,56	2 203,72	70,49		21,96	336,80	79,19	12,73





2021.03.14. vasárnap (00165) Sószegény szoc. otthon	R	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	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
	E	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	
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
	Összesen:		10 055,07	2 405,52	84,67		11,01	325,07	70,34	12,27	

.....  
élelmezésvezet

.....  
intézményvezet

.....  
érdekképviseleti fórum

