



Tételes étlap 2022.03.14. - 2022.03.20.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.03.14. hétfő (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			
	Búrkifli, dejes	2 620,86	627,00	11,76	17,24	9,40	81,92	34,62	0,64			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E Tarhonyaleves	939,08	224,66	4,99	11,14	2,60	25,48	0,00	2,60			
	Petrezselymes fasírt	1 824,02	436,37	24,50	29,86	5,48	16,86	0,00	3,73			
	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	0,87	0,16	31,70	0,47	0,79			
	V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,45	78,45	0,00	3,00			
	Póréhagyma (kg)	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Krémjoghurt	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60			
	Összesen:		12 153,66	2 907,58	108,71		27,20	390,40	98,08	13,93		






2022.03.14.

hétfő

(00112)

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	 			
	Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98				
	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	      	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	  	
			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		
			Derby tömlősajt 27%Áfa	790,65	189,15	2,75	19,25	11,45	1,00	0,00	0,59	 	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
			Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21		
		Összesen:		8 723,24	2 086,90	72,15		22,06	265,37	72,89	13,75		





2022.03.14.

hétfő

(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				
	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	0,36	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	    	
			Majorannás aprópecsenye*L.É.	1 393,36	333,34	25,28	25,23	5,23	0,89	0,00	1,24		
	Lencsefőzelék	2 051,43	490,77	28,81	9,73	0,85	71,42	4,00	2,05	  			
	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	  		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 		
		Póréhagyma (kg)	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:		8 658,71	2 071,45	103,19		13,57	272,51	49,48	14,91			





2022.03.14.

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	
	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	0,36	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	
	Vagdalt (normál)	1 188,72	284,38	22,06	13,60	3,46	18,08	0,00	3,41	
	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	
	Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	7 006,25	1 676,13	75,23		11,01	248,60	51,47	17,53	





2022.03.14. hétfő												
(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		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	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		
		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		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Krémjoghurt	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
	Összesen:	5 317,43	1 272,11	54,20		10,28	180,97	60,40	6,79			
(00121) Epés szoc.otthon	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		
		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		





2022.03.14.

hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82			
		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			
		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			
		Krémjoghurt	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60			
		Összesen:	8 836,19	2 113,92	82,22		15,12	255,54	60,91	12,81			
	(00122) Epés 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		
			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 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	3,20	14,50	0,00	3,31			
		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 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				





2022.03.14.
hétfő

(00125) Epés tejmentes szoc. otthon	00122	V	Krémjoghurt	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60	
			Összesen:	7 562,85	1 809,29	82,12		13,96	266,59	54,47	16,34	
		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	
			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 házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
			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	
			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:	6 740,11	1 612,46	79,85		10,31	242,56	54,47	15,40	





2022.03.14.

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		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Grissini	1 577,22	377,33	8,99	10,50	5,67	47,82	4,82	2,78		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	
		Grissini	525,74	125,78	3,00	3,50	1,89	15,94	1,61	0,93	
	E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
		Majorannás aprópecsenye	1 166,96	279,18	22,97	19,52	3,25	2,54	0,00	2,04	
		Sárgarépa főz. diab.*mirelitből	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	
	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	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Póréhagyma (kg)	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Összesen:		9 083,23	1 920,99	68,22		21,81	177,18	20,39	13,17	





2022.03.14.

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	
	Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
	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	
	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
E	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98	
	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	
	Sárgarépa főz. diab.*mirelitből	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	
U	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	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	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:	7 398,60	1 770,01	75,34		16,01	184,72	10,18	15,10	





2022.03.14.
hétfő

(00143) Epés, húsmentes	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	
		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	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
		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	
		Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	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	
		Krémjoghurt	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60	
		Összesen:	8 045,85	1 924,84	49,14		12,13	255,10	60,51	9,84	
	(00165) Sószegegy 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	
		Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00	





2022.03.14. hétfő (00165) Sószegény 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 házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
	Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82			
	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			
	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:	7 887,75	1 887,02	82,16		12,12	270,21	68,46	12,43			
2022.03.15. kedd (00101) Normál szoc. otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39			
T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08			
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
	Marhapörkölt	1 751,41	419,00	27,94	31,03	8,95	6,59	0,00	1,17			
	Szarvacska tészta	1 620,07	387,58	13,50	7,70	1,09	65,61	0,00	1,54			
	Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	1,98			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2022.03.15. kedd	(00101) Normál otthon	V	Paprikás csem.szalami	1 239,34	296,49	11,76	27,48	9,66	0,18	0,00	2,70		
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	9 387,79	2 245,88	87,91		23,37	274,61	51,84	13,34		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
		T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
			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 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	0,36	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	8 566,22	2 049,33	89,56		14,94	247,81	58,01	12,41				





2022.03.15.

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		
	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	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	         
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	  
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
		Tökfözelék 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	
		Paprikas csem.szalami	1 239,34	296,49	11,76	27,48	9,66	0,18	0,00	2,70	         
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	 
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
		Összesen:	7 803,28	1 866,81	93,93		16,56	228,63	49,20	15,77	





2022.03.15.
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		
		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	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	       	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	  	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		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 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	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	Összesen:	6 875,70	1 644,90	86,00		10,97	230,17	49,60	12,96			
(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 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		





2022.03.15.

kedd

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	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	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
	E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Tökfőzelék	1 460,42	349,38	8,75	15,22	3,40	43,52	0,94	1,58	
	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	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		Összesen:	7 346,15	1 757,45	58,93		12,75	207,65	69,83	5,51	
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
		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	





2022.03.15.
kedd

(00121) Epés szoc. otthon	V	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	0,36	62,76	0,00	2,40			
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
		Összesen:	7 349,78	1 758,32	90,17		12,66	230,21	49,60	14,68			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
			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 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	0,36	62,76	0,00	2,40		
Összesen:	6 875,70		1 644,90	86,00		10,97	230,17	49,60	12,96				





2022.03.15.
kedd

		(00125) Epés tejmentes szoc. otthon										
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
	T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Tökfözelék 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		
		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		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Összesen:	6 929,30	1 657,73	81,59		5,50	256,80	75,29	13,01			
	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 kenyér	1 070,08	256,00	9,42	1,30	0,33	50,29	1,31	1,11		
	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		





2022.03.15.














kedd

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08		
		Marhapörkölt	1 751,41	419,00	27,94	31,03	8,95	6,59	0,00	1,17		
		Szarvacska tészta	1 246,41	298,18	10,50	5,63	0,80	51,03	0,00	1,12		
		Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	1,98		
	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		
		Paprikas csem.szalami	1 239,34	296,49	11,76	27,48	9,66	0,18	0,00	2,70		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Kenyér, félbarna	864,86	206,91	7,84	0,80	0,24	41,84	0,00	1,60		
		Összesen:	7 631,20	1 825,66	84,12		22,41	181,02	2,49	12,95		
(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		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33		
	E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
	Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03			
























2022.03.15.
kedd

(00139) Cukros pépes szoc.	E	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,60	 		
	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 párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	    		
		Kenyér, félbarna	864,86	206,91	7,84	0,80	0,24	41,84	0,00	1,60	 		
		Összesen:	7 146,01	1 709,59	85,97		12,43	174,76	6,84	12,79			
	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	     	
E		Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	     		
		Túrófasírt	1 596,58	381,95	25,52	20,66	7,58	23,12	4,63	1,51	  		
		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			
		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	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 		
		Összesen:	6 947,03	1 661,97	59,90		11,28	268,96	70,12	10,89			





2022.03.15. kedd (00165) Sószegény szoc. otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 		
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	     	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	  	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Tököfzelék 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		
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	   	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
Kenyér, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 		
Összesen:		7 349,78	1 758,32	90,17		12,66	230,21	49,60	14,68			
2022.03.16. 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			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			





2022.03.16. szerda	(00101) Normál szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Csurgatott tojásleves	763,02	182,54	6,59	12,64	2,01	10,38	0,00	1,31	
			Erdélyi rakott káposzta	2 620,08	626,81	31,03	36,11	15,63	39,73	2,81	4,92	
		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	
			Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
		Összesen:			8 185,76	1 958,30	91,49		27,42	230,72	56,05	12,36
	(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	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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	4,12	12,99	0,24	3,51	
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
			Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01	
		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		





2022.03.16.

szerda

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	00112	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
			Összesen:	8 498,18	2 033,05	96,53		15,90	319,44	66,91	16,74	
	R	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		
		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		
	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	  	
		Natur szelet	1 161,27	277,82	22,35	17,48	3,94	7,44	0,00	3,16		
		Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20		
		Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01		
	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	  	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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:	8 642,87	2 067,67	70,83		8,82	333,30	80,54	13,09		





2022.03.16.

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			
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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	4,12	12,99	0,24	3,51	
		Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75		
	Őszibarack befőtt	550,55	131,71	0,75	0,00	0,00	31,80	21,00	0,01			
	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	0,36	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:		7 680,19	1 837,36	75,55		7,86	313,07	82,44	14,09		





2022.03.16. szerda													
(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 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40				
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99		
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		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			
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00			
		Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07			
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
	Összesen:		6 633,65	1 586,99	66,04		12,52	234,28	75,48	6,56			
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kéfires túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			





2022.03.16.
szerda

(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	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
		Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20			
		Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20			
		Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	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:	9 552,62	2 285,32	92,25		16,82	326,37	70,64	13,41			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kétféres 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	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	4,12	12,99	0,24	3,51			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
		Őszibarack befőtt	550,55	131,71	0,75	0,00	0,00	31,80	21,00	0,01			





2022.03.16.
szerda

		(00122)										
		Epés pépés otthon										
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:	8 582,92	2 053,32	94,55		13,45	316,92	73,97	13,34			
R	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			
	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			
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			
	Natur szelet	1 161,27	277,82	22,35	17,48	3,94	7,44	0,00	3,16			
	Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75			
	Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
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:	7 946,50	1 901,08	69,88		8,43	311,44	82,04	13,78			





2022.03.16.

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	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	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99	
		Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20	
		Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53	
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	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	





2022.03.16.
szerda

00130	V	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
		Összesen:	7 026,69	1 428,96	82,58		19,40	184,89	7,11	14,32	
(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	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	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99	
		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	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	
		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:	5 921,58	1 416,66	81,68		15,10	181,56	7,13	9,66	





2022.03.16.

szerda

(00143)

Epés, húsmentes

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	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,97	21,14	0,00	4,03	
		Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20		
	Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		10 776,48	2 578,10	90,95		31,56	340,29	72,00	12,93		
	R	(00165)	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	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20	





2022.03.16. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20			
	Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	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		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
	Összesen:	9 604,22	2 297,66	92,65		16,83	328,78	70,64	13,41			
2022.03.17. 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		
		Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	E	Zöldborsós raguleves	1 107,90	265,05	18,56	12,08	1,93	19,92	0,00	2,46		
		Túrós pogácsa	3 749,80	897,08	35,93	43,88	22,08	90,23	5,55	2,76		
	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		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		



















2022.03.17. csütörtök	00101	V	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
			Összesen:	9 754,82	2 333,68	104,80		40,62	332,39	52,76	21,06	
	00112	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	
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
			Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72	
		T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
			Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39	
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Szendvicsskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40	
			Kenyer, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
			Összesen:	8 149,37	1 949,60	91,88		19,58	322,90	74,43	20,73	





2022.03.17.
csütörtök

(00113)
Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	   
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 
	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	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Vegyes gyümölcsmártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39	
	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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	0,36	62,76	0,00	2,40	 
	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
	Összesen:	9 683,64	2 316,65	91,64		19,36	333,86	74,35	17,23	





2022.03.17.
csütörtök

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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	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	
	Vegyes gyümölcsmártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39	
	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	9 173,35	2 194,58	81,36		21,19	322,71	72,88	15,84	





2022.03.17. csütörtök		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon										
		R										
(00121) Epés 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		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		T Gyümölcsle 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		E Csirkebecsinált leves	1 461,74	349,70	20,74	24,01	6,62	12,58	0,00	3,30	 	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Vegyes gyümölcsmártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
		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:	9 337,71	2 233,90	85,19		27,32	234,71	92,26	6,17		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			





2022.03.17.
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	R	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08					
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07					
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19					
		Vegyes gyümölcs mártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39					
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50					
	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:	9 413,85	2 252,11	95,35		15,15	339,02	80,55	13,76						
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					
		Daráltvirslis	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08					
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07					
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36					
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39					





2022.03.17. csütörtök		(00122) Epés pépes szoc. otthon										
2022.03.17. csütörtök	(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
		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:	9 446,54	2 259,93	99,80		16,29	339,19	80,58	13,05	
	(00125) Epés tejmentes 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	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
			Vegyes gyümölcsmártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39	
		V	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			
	Összesen:	8 182,74	1 957,59	70,51		13,25	313,27	92,14	11,94			





2022.03.17.
csütörtök

(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		
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31		
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
T	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	Zöldborsós raguleves	562,63	134,60	9,78	6,23	1,05	9,60	0,00	1,51		
	Túrós pogácsa	2 624,86	627,96	25,15	30,72	15,46	63,16	3,89	1,93		
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		
	Szendvicsskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	Összesen:	8 590,63	1 803,12	78,97		35,06	178,94	12,80	9,64		


















2022.03.17.
csütörtök

		(00139) Cukros pépes szoc. otthon									
(00143) Epés, húsmentes	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	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	
		Vegyes gyümölcs mártás diab.	687,36	164,44	1,79	1,21	0,05	33,90	9,29	0,39	
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
	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	
		Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Összesen:	7 698,04	1 652,60	68,93		22,21	182,70	18,23	10,32	
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	





2022.03.17. csütörtök	(00143) Epés, húsmentes	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
			Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
			Vegyes gyümölcs mártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39	
		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:	8 376,21	2 003,87	54,19		9,77	343,84	96,22	7,91		
	(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	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
			Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
Vegyes gyümölcs mártás			989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
Tört burgonya			783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
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			





2022.03.17		(00165) Sószegény											
2022.03.18. péntek	(00101) Normál szoc.otthon	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Összesen:	9 433,51	2 256,81	95,75		15,15	339,70	80,55	13,77		
		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49		
			Teljes kiőrlésű tökmagos perec	3 034,68	726,00	20,62	13,74	6,68	110,54	17,88	2,58		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Brokkoli krémleves	1 101,41	263,49	8,97	15,32	2,58	22,12	0,70	2,26		
			Rántott csirkemell szezámmagos	1 469,71	351,60	32,57	14,90	1,93	21,38	0,00	1,91		
			Vajas burgonya	1 878,27	449,35	10,06	9,20	4,06	80,06	0,06	4,00		
			Trópusi gyümölcs konzerv	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tepertő	2 678,59	640,81	9,68	66,56	24,56	0,00	0,00	0,00		
			Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
			Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00		
	Összesen:	13 266,97	3 173,91	102,37		43,44	378,51	78,60	12,91				





2022.03.18. péntek (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	
		Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
		Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	7 839,41	1 875,45	76,99		19,10	290,53	70,75	15,16	





2022.03.18.

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			
	Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61			
	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	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
			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	
			Tepertő	2 678,59	640,81	9,68	66,56	24,56	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	
			Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
		Összesen:		9 836,68	2 353,26	84,30		36,34	254,26	48,40	13,03	





2022.03.18.
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		
			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	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05		
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51		
			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		
			Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	7 232,39	1 730,22	74,40		11,53	265,30	48,64	13,54				
(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 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
			Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49		
			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	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51		





2022.03.18.
péntek

Folyékony pépes szoc.otthon (00115)	E	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		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		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Tehéntúró félzsiros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
		Összesen:	6 969,32	1 667,30	63,38		14,13	190,75	71,28	6,13		
	Epés szoc.otthon (00121)	R	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	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajt 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:	7 724,49	1 847,96	78,82		16,59	270,93	55,66	13,61			





2022.03.18.
péntek

(00122) Epés 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	
		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 (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67	
		Összesen:	8 446,97	2 020,80	90,52		16,84	296,18	55,96	14,83	
	(00125) Epés tejmentes szoc. otthon	R	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	

















2022.03.18.
péntek

		(00125)										
Epés tejmentes szoc. otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05		
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
		Finomfőzelékpüré	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		
		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		
	Összesen:		7 773,11	1 859,59	73,40		12,59	284,77	69,80	13,15		
	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	
Párizsi, sertés			785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
Korpás zsemle			790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
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		
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
E		Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51		
		Rakott karfiol *mirelit*	2 086,80	499,23	28,72	25,28	8,26	38,37	1,98	4,24		
U		Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02		





2022.03.18.
péntek

(00130) Cukros 180 g CH	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Tepertő	2 678,59	640,81	9,68	66,56	24,56	0,00	0,00	0,00	 		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00			
		Összesen:	10 043,20	2 150,62	76,67		42,68	178,56	10,02	10,84			
	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	   	
			Zsemle, vizes	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	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51	  	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	  	
			Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	 	
		U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16				
	Összesen:	7 335,33	1 754,87	73,66		18,97	180,82	11,02	12,51				





2022.03.18.
péntek

(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			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
			Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajt 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:		6 890,01	1 648,32	47,84		8,77	281,16	71,35	8,98		
	R	(00165) Sószegegy szoc. otthon	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
Ivóyoghurt			694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	 	
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Minimargarin 20g			188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		

























2022.03.18. péntek (00165) Sószegény szoc. otthon												
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05			
	Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12			
	Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Sajt 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:	7 821,91	1 871,27	76,41		14,86	291,62	68,25	12,49			
2022.03.19. szombat (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
	Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18			
	Madárka, mákos	1 790,72	428,40	12,32	5,84	3,26	72,54	12,42	1,16			
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
E	Somogyi kanászleves	1 053,68	252,08	20,23	11,41	4,55	16,62	0,00	4,29			
	Rizsfelfújt	2 958,34	707,73	22,21	11,54	4,94	127,74	26,00	0,57			
	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			
	Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52			





2022.03.19. szombat	(00101) Normál	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	10 506,10	2 513,41	93,31		25,28	397,41	119,83	11,43		
	(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		
			Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18		
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		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	3,20	14,50	0,00	3,31	   	
			Zöldbabfőzelékpüré *mir.*	585,74	140,13	6,67	0,69	0,00	26,36	3,00	2,47		
		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	   	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	8 216,10	1 965,57	85,49		11,91	299,62	64,16	15,61		





**2022.03.19.
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				
			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	0,36	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	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75				
			Grill csirkecomb	1 204,28	288,10	37,84	14,07	2,89	2,20	0,00	2,40				
			Zöldbabfőzelék *mir.* TM.	559,69	133,90	6,53	0,69	0,00	24,94	3,00	2,47				
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
			Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40				
			Összesen:	7 332,39	1 754,16	93,76		15,36	231,38	49,28	16,71				
		(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 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	0,36	62,76	0,00	2,40				
T	Reszelt alma			247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02				
E	Zabgaluskás leves F*			485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53				
	Vagdalt (diétás)			1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31				





2022.03.19.
szombat

(00114) Tejmentes pépes szoc.otthon	E	Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	 	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	Összesen:	7 094,64	1 697,28	82,33			10,26	242,72	48,72	15,96		
(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 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
	E	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		
		Zöldbabfőzelékpüré *mir.*	585,74	140,13	6,67	0,69	0,00	26,36	3,00	2,47		
	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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	 	
		Összesen:	7 897,02	1 889,23	77,65			21,29	205,67	84,33	7,94	





2022.03.19. szombat												
(00121) Epés szoc.otthon	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	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	3,20	14,50	0,00	3,31		
		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		
		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:	7 224,49	1 728,34	79,85		9,17	261,17	53,90	15,15			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	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	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		






2022.03.19.
szombat

(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31			
		Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált csirkemell rolád	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:	7 224,49	1 728,34	79,85		9,17	261,17	53,90	15,15			
	(00125) Epés tejmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
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	4,12	12,99	0,24	3,51			
		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			
		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:	7 142,80	1 708,79	82,65		5,59	257,63	51,64	14,90				





2022.03.19. szombat		Cukros 180 g CH szoc.otthon (00130)									
R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
	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		
	Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33		
E	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39	    	
	Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54		
	Zöldbabfőzelék *mir*	1 212,76	290,13	7,97	15,68	1,69	28,61	0,00	1,53	 	
U	Sajt klf. Trappista	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	 	
	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		
	Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52	  	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
Összesen:		7 610,61	1 820,73	109,24		23,49	181,43	5,98	13,44		





2022.03.19. szombat		(00139) Cukros pépes szoc. otthon											
(00143) Epés, húsmentes	R	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			
		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	Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31			
		Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46			
		U	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
		Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46			
	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				
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16				
Összesen:		6 778,66	1 621,70	91,47		19,66	188,56	5,55	15,40				
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				





2022.03.19.
szombat

(00143) Epés, húsmentes	R	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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
		Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
		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	
		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	
	Összesen:	6 602,20	1 579,46	46,99		7,94	280,74	69,78	9,81		
(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	
		Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18	
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	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	3,20	14,50	0,00	3,31	
		Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46	





2022.03.19. szombat		(00165) Sószegény szociális otthon											
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:	8 266,48	1 977,62	86,03		12,01	300,13	65,66	14,73				
2022.03.20. vasárnap	(00101) Normál szociális 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		
			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	Fahéjas szilvaleves	955,74	228,65	2,26	2,47	1,52	47,57	26,90	0,40			
		Brassói aprópecsenye	1 306,88	312,65	29,68	20,63	5,10	1,69	0,00	2,06			
		Pirított burgonya	1 528,07	365,57	7,51	9,88	1,13	60,06	0,00	2,00			
		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			
		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	0,36	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:	8 916,34	2 133,10	95,68		15,15	286,10	73,54	13,98				





2022.03.20.
vásárnap

(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	
	Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	
	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	Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16	
	Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71	
	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	
	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	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
Összesen:		10 241,73	2 450,16	122,39		23,96	308,83	49,08	16,42	





2022.03.20.
vásárnap

(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	
	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	0,36	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	Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16	
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
	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	
	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	0,36	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:	8 589,97	2 055,01	102,05		10,11	285,57	45,00	16,49	





2022.03.20.
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			
		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	0,36	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	Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16			
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51			
		Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75			
		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			
		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	0,36	62,76	0,00	2,40				
	Összesen:	8 044,40	1 924,49	80,45		11,05	277,14	45,24	17,56				
(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 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			





2022.03.20.
vasárnap

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Kertészleves	598,70	143,23	4,83	5,52	0,63	18,23	0,00	2,44		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		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		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Összesen:	7 017,08	1 678,72	67,67		12,56	255,11	91,68	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	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
		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		
		Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71		












2022.03.20. vasárnap		(00121) Epés szoc.otthon		(00122) Epés pépes szoc. otthon									
E	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00				
	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				
	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				
	Összesen:	10 204,53	2 441,27	112,60			29,48	308,62	49,04	15,03			
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				
	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	 			
	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 sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71	 			
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58				
	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				
	Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	 			





2022.03.20.
vasárnap

00122
(00125)
Epés tejmentes szoc. otthon

V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	10 669,71	2 552,56	109,85		28,72	294,21	55,52	14,19		
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		
	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	    	
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19		
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00		
	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		
	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		
	Összesen:	8 146,19	1 948,84	83,17		9,90	299,57	48,40	13,45		


















2022.03.20.
vasárnap

(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	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	321,30	76,87	2,09	3,85	0,48	8,27	0,00	1,43	      	
	Brassói aprópecsenye	1 306,88	312,65	29,68	20,63	5,10	1,69	0,00	2,06		
	Pírtott burgonya	1 206,83	288,72	6,13	6,99	0,80	49,05	0,00	1,40		
	Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
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		
	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		
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:	8 373,73	2 003,31	93,87		16,65	181,37	8,70	13,13		





2022.03.20.
vásárnap

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	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	
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	0,09	15,69	0,00	0,60	
E	Kertészleves	598,70	143,23	4,83	5,52	0,63	18,23	0,00	2,44	
	Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71	
	Burgonyapüré	1 081,14	258,65	7,41	5,65	2,60	43,74	0,03	2,58	
	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 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	
Összesen:		8 025,52	1 920,00	89,44		19,31	184,02	9,02	11,12	





2022.03.20.
vasárnap

(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				
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94				
	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		
			Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71		
			Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00		
	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			
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:		9 475,54	2 266,87	102,20		23,56	307,74	48,64	13,27			
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				





2022.03.20. vasárnap (00165) Sószegény szoc. otthon	R	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	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		
		Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71		
		Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00		
		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		
		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		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
		Összesen:	10 476,85	2 506,42	95,08		18,14	314,83	55,48	13,27		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviselői fórum

