



Tételes étlap 2021.03.29. - 2021.04.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.03.29. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Pogácsa, tepertős	3 912,48	936,00	23,36	53,72	24,98	84,54	4,62	5,98		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Alföldi gulyásleves	1 352,97	323,68	18,31	11,73	2,50	35,28	0,00	2,86		
		Darásmetélt, barackíz	3 114,84	745,18	18,49	17,67	2,20	127,11	24,92	1,36		
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
	Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	12 017,73	2 875,05	89,52		37,64	386,31	96,56	13,62			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
Darált zalai felv.		728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76			
Kenyer, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			



2021.03.29.  
hétfő

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





2021.03.29.

hétfő

(00121)

Epés szoc.otthon

00113

<b>V</b>	Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	6 711,40	1 605,60	72,22		3,54	254,53	68,56	13,62		
<b>R</b>	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		
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
<b>E</b>	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
	Őszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24		
<b>V</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	6 982,29	1 670,40	70,96		10,95	251,12	71,96	11,10		





2021.03.29.

hétfő

(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Darált 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		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
		Öszibarackpüre mártás D.TM.	527,09	126,10	2,21	0,30	0,03	27,80	5,57	0,23		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 183,42	1 718,51	70,83		11,60	258,42	69,21	11,60		
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
T		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
E		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		





2021.03.29.  
hétfő

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	Rakott brokkoli mir.	2 034,29	486,67	32,50	24,49	8,17	33,26	1,98	4,29			
	U	Alma	232,66	55,66	0,64	0,64	0,00	11,20	0,00	0,02			
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		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			
		Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Összesen:	6 816,91	1 630,85	84,48		15,98	183,66	5,02	13,80			
	(00136) Cukros epés-pépes szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
E		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	  		
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  		
		Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24	 		
U		Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	 		
	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	 			





2021.03.29.  
hétfő

(00136) Cukros epés- szoc. otthon	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	6 419,14	1 535,69	73,20		14,40	198,23	9,88	12,07		
	(00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
			Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24	
		U	Sajt klf. Trappista	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	
		Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80		
V		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		





2021.03.29.  
hétfő

00138	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	6 651,87	1 591,37	82,36		18,44	190,41	8,61	12,50	
(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
		Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24	
	U	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	7 781,24	1 861,55	95,74		32,03	192,08	9,61	14,58		





2021.03.29. hétfő		(00143) Epés, húsmentes										
		R										
(00165) Sószegény 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	
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16	
			Öszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			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:	8 153,69	1 950,64	52,55		11,62	262,81	83,01	7,82		
(00165) Sószegény szoc. otthon		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	







2021.03.29. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon												
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00			
	Öszibarack mártás tejml.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	7 369,20	1 762,96	67,60		6,66	299,54	104,14	9,63			
2021.03.30. kedd (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			
	Kukoricás kenyér	1 630,20	390,00	13,62	1,70	0,46	77,92	2,00	2,10			
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
E	Burgonyaleves majorannás	1 116,22	267,04	5,46	10,24	1,89	37,28	0,40	1,58			
	Sertés sült	2 516,09	601,94	14,50	59,70	19,02	0,93	0,00	2,49			
	Sárgaborsófőzelék	2 232,41	534,07	26,60	15,02	1,83	72,49	0,00	1,70			
	Kenyer, félbarna	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2021.03.30.

kedd

(00112)












Pépes szoc. otthon

00101

V	Sonkás-sajtos tekerecs	3 302,00	789,95	31,92	30,25	14,24	97,16	3,44	3,85		
	Összesen:	12 674,56	3 032,20	103,29		42,34	366,35	52,90	13,19		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58		
T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
E	Zöldbabbpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33		
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
	Tejf.burgonyafőzelék diétás	1 078,05	257,91	7,23	2,95	1,55	49,50	0,66	2,70		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
	Cukkínifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02		
	Összesen:	9 981,05	2 387,82	104,81		30,07	228,04	56,04	11,80		





2021.03.30. kedd	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	  
			Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		E	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14	  
			Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19	
			Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Rizszeshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	8 571,81	2 050,67	90,19		11,40	271,67	47,32	20,61		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Szeletelt sajt	865,26	207,00	14,04	16,74	11,34	0,00	0,00	1,20	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		





2021.03.30.  
kedd

(00121) Epés szoc.otthon	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02				
	E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33				
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20				
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Rizszeshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99				
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40				
		Összesen:	8 817,30	2 109,40	94,34		21,40	273,83	48,50	19,48				
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02				
	E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33				
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21				
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Majorannás darált sertés hús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82					





2021.03.30. kedd	00122	V	Cukkínifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02			
			Összesen:	9 976,61	2 386,75	105,06		28,71	232,14	55,95	11,74			
	00130	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			
			Korpás zsemle	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			
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
		E	Zöldbableves diab.*mirelit*	707,26	169,20	5,56	7,32	1,75	19,84	0,50	3,14			
			Paprikásburgonya diab.	1 860,21	445,03	26,49	17,88	4,00	43,23	0,00	4,17			
			Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20			
		U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03			
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28			
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99			
			Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40			
				Összesen:	7 761,91	1 667,88	79,07		16,69	186,60	9,00	17,41		





2021.03.30.

kedd

(00136)

Cukros epés-pépes szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16				
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12			
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21			
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67			
	U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03			
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
Majorannás darált serteshús		1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82				
Cukkínifőzelék		1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02				
Összesen:		8 157,50	1 951,57	82,41		15,81	185,06	8,96	9,74				






2021.03.30.

kedd

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	  	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67		
	U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
		Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	 	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Diab.Rizszeshús (diétás)	1 555,56	372,14	24,50	13,04	2,43	38,75	0,00	4,43		
	Összesen:		6 150,22	1 471,35	80,92		11,81	195,16	3,19	15,69		


















2021.03.30.

kedd

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	  	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67		
	U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 	
Cukkínifőzelék		1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02	 		
Összesen:		9 187,86	2 198,07	104,57		28,70	186,34	8,96	11,56			



















2021.03.30.

kedd

(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Zöldbabbpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	  
		Rántott karfiol mirelit	1 131,17	270,62	2,40	19,99	1,48	19,00	0,00	0,00	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
		Cukkínifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02	 
	Összesen:	7 567,82	1 810,48	43,40		10,97	274,89	51,57	9,12		
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Kukoricás kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	E	Zöldbableves *mirelitből	638,24	152,69	5,36	5,55	0,62	19,96	0,00	2,83	  
		Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19	





2021.03.31.		(00165)										
szerda		Sószegény										
(00101)		Normál szoc.otthon										
2021.03.31.	Normál szoc.otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
			Összesen:	7 731,13	1 849,55	67,08		11,76	209,58	51,44	12,32	
		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
			Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24	
			Kapros pulykatokány	1 338,28	320,16	28,77	16,68	4,17	13,27	0,66	1,55	
			Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05	
	Csokoládé figurális	960,80	229,86	3,72	13,64	0,00	21,12	0,00	0,00			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82			
	Kenyer, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
	Összesen:	10 439,67	2 497,52	115,14		21,00	321,46	52,14	10,79			





2021.03.31.

szerda

(00112)

Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34			
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Zellerkrémleves (frissből)	1 220,29	291,94	6,59	16,06	2,77	29,06	0,60	3,31	
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
			Sárgarépa főzelék *mirelitből	553,26	132,36	4,07	0,49	0,06	27,33	3,00	2,50	
	Csokoládé figurális	960,80	229,86	3,72	13,64	0,00	21,12	0,00	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82		
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40		
	Összesen:		9 667,86	2 312,88	98,52		20,09	310,13	55,08	15,91		





2021.03.31.

szerda

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
			Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50		
		Csokoládé figurális tejmentes,	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			
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	 		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	 		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
Összesen:		7 401,81	1 770,78	73,76		15,65	232,70	67,19	14,07				
R	E	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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			





2021.03.31.  
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50	
		Csokoládé figurális	960,80	229,86	3,72	13,64	0,00	21,12	0,00	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	  
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	8 711,28	2 084,05	88,11		15,07	272,54	74,09	14,46	
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
		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	
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53	
		Csokoládé figurális	960,80	229,86	3,72	13,64	0,00	21,12	0,00	0,00	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.03.31. szerda	(00122) Epés	V	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:	8 431,69	2 017,16	79,07		14,99	275,43	59,09	14,46			
	(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	0,00		
			Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34			
			Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56			
		T	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	Zellerkrémleves (frissből)	768,94	183,96	4,89	9,02	2,23	20,32	0,66	3,46			
			Csőben sült húsos zölds.F*	1 596,87	382,03	39,05	15,57	7,86	21,29	0,05	2,87			
			Párolt bulgur fél adag	858,60	205,41	7,37	0,80	0,14	45,52	0,00	2,68			
			Csokoládé figurális diab.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		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			
			Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82			
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				





2021.03.31.  
szerda

00130	V	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	8 277,40	1 791,21	106,04		27,61	183,78	12,74	12,99	
(00136) Cukros epés-pépes szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Sárgarépa főz. diab.*mirelit böll	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	
		Csokoládé figurális diab.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	7 103,71	1 699,48	93,31		18,71	187,12	6,96	11,24		





2021.03.31. szerda (00138) Cukros epés szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Ham-Let rizs	429,00	102,63	2,70	0,66	0,00	21,00	0,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		Sárgarépa főzelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	
		Csokoládé figurális diab.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 228,17	1 729,25	91,77		17,83	194,28	6,95	13,53	







2021.03.31.

szerda

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Sárgarépafozelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	
		Csokoládé figurális diab.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Abonett	287,16	68,70	3,67	0,47	0,06	12,36	0,00	0,00	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
Összesen:		8 188,76	1 959,05	98,15		23,06	190,08	13,92	10,72		





2021.03.31.  
szerda

(00143)

Epés, húsmentes

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
			Panírozott zöldségtallér	461,99	110,52	0,52	10,45	1,36	3,38	0,31	0,16	
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50		
	Csokoládé figurális	960,80	229,86	3,72	13,64	0,00	21,12	0,00	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		7 669,02	1 834,70	56,43		12,33	271,15	76,50	10,28			

(00165)

Sószegegy szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Zellerkrémleves (frissből)	611,51	146,29	3,39	7,98	1,78	14,84	0,63	4,37	
	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	





























2021.03.31. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Parolt rizskoret 30 g.	609,74	145,87	2,40	4,73	0,55	23,25	0,00	0,99			
	Párolt zöldség köret	857,06	205,04	7,70	8,30	3,46	24,85	0,05	1,68			
	Csokoládé figurális	960,80	229,86	3,72	13,64	0,00	21,12	0,00	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	 	
		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:	9 977,85	2 387,05	103,56		22,71	285,91	53,38	15,28			
2021.04.01. 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	    	
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
		Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 	
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	E	Zöldbableves *mirelitből	808,03	193,31	7,34	5,99	0,67	27,02	0,00	3,16	   	
		Húsos rakott burgonya	2 732,26	653,65	35,97	25,94	10,92	66,91	1,65	2,75	 	
		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		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	





2021.04.01. csütörtök	(00101) Normál szoc. otthon	V	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	 
			Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
			Összesen:	9 109,27	1 927,19	85,89		20,89	317,48	63,48	14,80	
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	    
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	 
		T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	     
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	  
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	 
			Összesen:	9 531,68	2 280,30	88,81		17,28	361,47	76,69	17,45	





2021.04.01.  
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			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38			
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
			Petrezselymes rizskoret 80g	1 446,47	346,05	6,53	7,68	0,89	62,29	0,00	2,47	
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20			
	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	0,00	62,76	0,00	2,40		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	Összesen:		9 375,19	2 242,87	109,00		14,89	314,67	47,08	16,87		





2021.04.01. csütörtök	Epés szoc.otthon (00121)	<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		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		<b>T</b>	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		<b>E</b>	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
		<b>V</b>	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		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Összesen:	9 858,29	2 358,44	97,84		16,85	354,40	78,86	14,81		





2021.04.01.  
csütörtök

(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	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
	Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
	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:		9 816,59	2 348,46	85,18		18,64	364,95	79,09	14,97	



























2021.04.01.  
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		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	    
		Gombás csirke	1 609,63	385,08	41,69	21,19	4,94	6,36	0,66	3,22	 
		Petrezselymes rizskoret 50 g	1 091,61	261,15	4,29	9,46	1,08	39,40	0,00	2,47	
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	U	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	      
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00	  
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
	Összesen:		6 552,40	1 567,57	87,83		11,09	178,43	3,10	11,76	







2021.04.01.  
csütörtök

(00136)

Cukros epés-pépes szoc.otthon

<b>R</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
<b>T</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
<b>E</b>	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
<b>U</b>	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
<b>V</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	7 201,46	1 722,86	71,80		21,64	169,07	11,46	10,45	





2021.04.01.  
csütörtök

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

<b>R</b>	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	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
<b>T</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
<b>E</b>	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
	Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
<b>U</b>	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
<b>V</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	8 024,31	1 919,72	90,86		21,36	186,52	11,81	13,59	





2021.04.01.  
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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Ham-Let rizs	286,00	68,42	1,80	0,44	0,00	14,00	0,00	0,00		
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78		
	U	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
V	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			
	Összesen:	7 487,46	1 791,28	73,60		21,64	183,07	11,46	10,45			
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		





2021.04.01. csütörtök														
(00143) Epés, húsmentes														
R	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00					
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00					
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08					
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41					
	Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03					
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58					
	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01					
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	Csészsés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18					
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08					
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00					
Összesen:		10 886,61	2 604,44	79,19		26,44	389,04	94,48	13,45					





2021.04.01. csütörtök (00165) Sószegény 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				
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12				
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
	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			
		Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
	Összesen:		9 485,43	2 017,18	96,06		16,53	335,08	77,96	14,38			
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				
	Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18				
	Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58				





2021.04.02.  
péntek

(00101) Normál szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
		Túrós tészta	2 938,74	703,05	31,51	27,38	13,27	81,49	6,63	3,31	
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Szeletelt sajt	1 153,68	276,00	18,72	22,32	15,12	0,00	0,00	1,60	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		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:	10 833,11	2 591,65	104,89		35,99	309,83	79,66	12,03	
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	R	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18	
		Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
		Túrófelfújt	2 261,71	541,08	24,63	16,95	7,57	71,90	32,46	0,39	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.04.02. péntek		(00112) Pépes szoc.											
(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. ottho	V	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
		Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
		Összesen:	9 133,56	2 185,06	88,79		21,15	282,38	89,88	7,47			
	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	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40			
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66		
			Mákos metélt	2 831,69	677,44	21,70	22,98	5,09	95,15	19,98	0,57		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
			Összesen:	8 667,67	2 073,60	79,30		6,33	342,61	81,45	9,04		





2021.04.02.  
péntek

(00121) Epés 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		
		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	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	  	
		Túrós tészta	2 938,74	703,05	31,51	27,38	13,27	81,49	6,63	3,31	  	
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	10 360,14	2 478,50	91,50		22,86	336,07	98,73	9,68		
	(00122) Epés pépes 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		
E		Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	  	







2021.04.02.  
péntek

		(00122)										
		Epés pépes szoc.										
<b>E</b>	Túrófelfújt	2 261,71	541,08	24,63	16,95	7,57	71,90	32,46	0,39			
<b>V</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			
	Összesen:	9 088,16	2 174,20	84,49		17,16	291,48	89,58	6,76			
<b>R</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			
	Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18			
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			
<b>T</b>	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			
<b>E</b>	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66			
	Túrós tészta diab.	1 683,57	402,77	21,00	16,99	8,04	40,87	4,43	1,74			
<b>U</b>	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
<b>V</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Szeletelt sajt	1 153,68	276,00	18,72	22,32	15,12	0,00	0,00	1,60			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			





2021.04.02.  
péntek

		(00130)										
		Cukros										
		100 ~ 200 g										
<b>V</b>	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
	Összesen:	8 315,43	1 737,29	91,35		31,84	184,99	12,68	8,77			
<b>R</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			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	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			
<b>T</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06			
<b>E</b>	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66			
	Diab.túrófelfújt	1 867,51	446,77	38,63	20,56	11,90	26,28	7,65	0,60			
<b>U</b>	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
<b>V</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Összesen:	7 877,58	1 884,60	96,27		22,57	178,49	17,11	7,45			





2021.04.02.

péntek

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

R	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		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	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	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
		Túrós tészta diab.	1 683,57	402,77	21,00	16,99	8,04	40,87	4,43	1,74	
	U	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		7 693,64	1 840,60	78,64		18,71	193,08	13,89	8,59	





2021.04.02.  
péntek

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Vajas jellegű kifli	943,52	225,72	7,31	2,34	1,19	40,37	2,10	0,71		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Vajas jellegű kifli	314,51	75,24	2,44	0,78	0,40	13,46	0,70	0,24	
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
		Diab.túrófelfűjt	1 867,51	446,77	38,63	20,56	11,90	26,28	7,65	0,60	
	U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
Zsemle, vizes		363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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		
Összesen:		7 970,12	1 906,74	101,04		23,74	188,72	21,08	6,39		
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		

(00143)

Epés, húsmentes





2021.04.02.  
péntek

(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	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66			
		Túrós tészta	2 938,74	703,05	31,51	27,38	13,27	81,49	6,63	3,31			
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94			
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	11 411,40	2 730,00	108,66		34,05	333,85	96,23	11,29			
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66			
		Túrós tészta	2 938,74	703,05	31,51	27,38	13,27	81,49	6,63	3,31			
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00			





2021.04.02. péntek (00165) Sószegény szoc. otthon	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:	10 032,56	2 400,13	83,82		19,48	334,05	113,73	8,63	
2021.04.03. szombat (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28	
		Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53	
		Székelykáposzta	1 850,43	442,69	30,39	23,16	6,78	27,50	0,99	4,35	
		Tönköly kenyér	66,67	15,95	5,83	1,35	0,43	28,13	0,21	3,86	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	8 893,36	1 980,82	90,36		19,48	337,42	85,78	15,54	





2021.04.03.  
szombat

(00112)  
Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28	
	Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
	Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73	
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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	
	Összesen:	9 633,04	2 304,57	84,79		16,33	367,31	129,83	11,44	





2021.04.03.  
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	
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
	Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25	
	Meggymártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73	
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48		
Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
Összesen:		7 893,41	1 741,60	66,16		12,66	292,34	101,75	12,50	
(00121) Epés szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	







2021.04.03.  
szombat

(00121) Epés szoc.otthon	R	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 		
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25			
		Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	 		
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	7 876,13	1 884,25	80,15		16,62	277,22	80,97	10,72			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	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			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21			
		Meggymártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73			
















2021.04.03. szombat		(00122)											
		Epés pépes szoc.											
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:		7 628,09	1 824,91	75,40		14,55	276,33	80,31	10,66			
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
		Sós kalács	910,41	217,80	7,14	2,16	0,71	40,34	3,02	2,34			
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Sós kalács	303,47	72,60	2,38	0,72	0,24	13,45	1,01	0,78		
		E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		
			Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
			Meggymartas diab. *mirelit*	771,44	184,55	4,15	3,48	1,51	31,87	0,66	1,03		
			Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
		U	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			
		Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48			
Zsemle, vizes		1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16				





2021.04.03.  
szombat

00130	V	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	7 322,08	1 604,92	72,60		16,27	186,05	12,26	12,06	
(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	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	    
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Meggy mártáspüré diab. *mir.*	659,41	157,75	3,61	1,08	0,01	31,21	0,00	0,52	 
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	7 197,47	1 721,90	71,04		17,47	176,25	15,46	9,38		





2021.04.03.

szombat

(00138)

Cukros epés szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
		Meggymártás *mir.* TM.	659,41	157,75	3,61	1,08	0,01	31,21	0,00	0,52		
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
	U	Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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		
	Összesen:		6 531,47	1 562,57	81,82		16,64	190,41	9,47	9,67		

















2021.04.03.

szombat












(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	     
	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	Meggymártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73	
U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kétféles túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
Összesen:		5 929,57	1 418,58	63,57		14,43	185,75	34,19	9,04	





2021.04.03. szombat	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
			Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	
			Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	 
			Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 357,34	1 999,37	56,32		15,71	303,93	95,97	10,50		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28	 
			Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
			Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25	





2021.04.03. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon														
E	Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75					
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00				
	Összesen:	9 810,89	2 347,12	90,63		18,86	360,16	116,99	10,64					
2021.04.04. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Főtt, füstölt tarja	608,61	145,60	11,20	10,40	4,24	1,84	0,64	2,56				
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14				
		Fonott kalacs	2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25				
		Ecetes torma konzerv	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00				
	T	Linzer koszorú	1 744,95	417,45	8,24	14,14	6,43	64,79	16,25	20,70				
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96				
		Rántott sertésszelet	1 791,71	428,64	29,70	25,10	5,36	20,47	0,00	1,61				
		Burgonyapüré	1 332,77	318,84	8,76	4,85	2,15	58,81	0,03	1,97				
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				





		2021.04.04. vasárnap									
(00101) Normál szoc.otthon	V	Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48	
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	
		Fonott kalacs	2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25	  
		Ecetes torma konzerv	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00	
		Összesen:	14 027,71	3 355,89	122,09		46,46	410,36	99,50	34,07	
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	
		Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	  
		Fonott kalacs	2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25	  
	T	Linzer koszorú	1 744,95	417,45	8,24	14,14	6,43	64,79	16,25	20,70	   
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kolbászkrém	1 503,36	359,65	10,98	28,69	12,02	3,44	0,25	1,96	
		Fonott kalacs	2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25	  
			Összesen:	11 986,47	2 867,56	114,32		34,28	382,81	91,11	33,45







2021.04.04.  
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		
	Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14		
	Főtt, füstölt tarja	608,61	145,60	11,20	10,40	4,24	1,84	0,64	2,56		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Ecetes toma konzerv	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00		
	T	Linzer koszorú	1 744,95	417,45	8,24	14,14	6,43	64,79	16,25	20,70	
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
		Zöldséges sertés szelet	1 072,88	256,67	22,14	15,65	3,74	6,49	0,00	3,25	
		Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48	





		Tej és tejtermékek		(00113)		Egységár		Mennyiség		Összesen		Táplálékértékelés	
2021.04.04. vasárnap	(00113) Tej és tejtermékek	V	Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Ecetes toрма konzerv	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00		
			Összesen:	11 378,97	2 722,23	105,38		34,61	342,21	69,29	38,79		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18		
			Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24		
			Fonott kalacs	2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25		
		T	Linzer koszorú	1 744,95	417,45	8,24	14,14	6,43	64,79	16,25	20,70		
		E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46		
			Őszibarackos sertésszelet	1 619,00	387,32	29,56	24,55	8,41	11,44	0,00	3,28		
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			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				
	Összesen:	11 062,92	2 646,62	94,26		26,33	367,24	78,27	33,23				








2021.04.04.  
vasárnap

2021.04.04. vasárnap	(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 sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
			Fonott kalacs	2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25			
		T	Linzer koszorú	1 744,95	417,45	8,24	14,14	6,43	64,79	16,25	20,70			
		E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46			
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75			
			Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			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				
		Összesen:	10 019,63	2 397,04	96,39		16,93	359,05	77,24	31,31				
	(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, füstölt tarja	608,61	145,60	11,20	10,40	4,24	1,84	0,64	2,56			
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14				
		Ecetes torma konzerv	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00				
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				





2021.04.04. vasárnap (00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon												
<b>T</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Linzer koszoru	1 044,31	249,83	4,16	11,90	5,38	31,42	8,07	0,07	     		
<b>E</b>	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89	  		
	Rántott sertésszelet diab.	2 993,21	716,08	20,37	58,32	11,58	26,59	0,00	3,54	     		
	Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68			
<b>U</b>	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01			
<b>V</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48			
	Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14			
	Ecetes torma konzerv	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00			
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	Összesen:	9 901,15	2 368,69	82,58		40,60	199,68	18,61	15,05			





2021.04.04.  
vasárnap

(00136)  
Cukros epés-pépes szoc.otthon

<b>R</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	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	
<b>T</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Linzer koszoru	1 044,31	249,83	4,16	11,90	5,38	31,42	8,07	0,07	
<b>E</b>	Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	
	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
<b>U</b>	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
<b>V</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	7 228,45	1 729,30	66,42		15,27	188,94	16,82	10,06	





**2021.04.04.  
vasárnap**

(00138)
















Cukros épés szoc. otthon

R	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	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	
		Linzer koszoru	1 044,31	249,83	4,16	11,90	5,38	31,42	8,07	0,07	
	E	Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	
		Őszibarackos sertésszelet	1 619,00	387,32	29,56	24,55	8,41	11,44	0,00	3,28	
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
	U	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		6 756,06	1 616,29	72,88		18,14	193,58	10,38	12,97	





2021.04.04.  
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			
	Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	  		
	Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14			
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Linzer koszoru	1 044,31	249,83	4,16	11,90	5,38	31,42	8,07	0,07	   	
	E	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89	 	
		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		
	U	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Kolbászkrém	1 503,36	359,65	10,98	28,69	12,02	3,44	0,25	1,96			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
Összesen:		7 187,29	1 719,45	88,80		24,48	181,89	10,63	12,38			
		(00143) Epés, húsmentes										
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 		
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			





2021.04.04.  
vasárnap

(00143) Epés, húsmentes	T	Linzer koszorú	1 167,03	279,19	3,88	11,86	5,38	39,39	20,53	0,04				
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96				
		Sajtropogós	2 352,75	562,86	19,27	37,81	12,64	36,05	0,04	3,15				
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58				
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01				
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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:		11 857,08	2 836,62	101,78		42,49	362,66	87,30	14,08				
	(00165) Sószegeány szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
Főtt tojás		276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14					
Sonka szalámi		290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24					
Fonott kalacs		2 263,47	541,50	15,71	7,31	4,65	90,45	15,09	1,25					
T		Linzer koszorú	1 744,95	417,45	8,24	14,14	6,43	64,79	16,25	20,70				
E		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96				
		Őszibarackos sertésszelet	1 619,00	387,32	29,56	24,55	8,41	11,44	0,00	3,28				
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58				
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					







2021.04.04	(00165) Sószegény Cottk	V	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	
			Összesen:	10 332,53	2 471,88	98,74		24,38	348,31	63,27	33,69	

.....  
élelmezésvezet

.....  
intézményvezet

.....  
érdekképviselőti fórum

