



Tételes étlap 2021.06.07. - 2021.06.13.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.06.07. hétfő (00101) Normál szoc.otthon	<b>R</b> Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Szatmári löncs	705,58	168,80	8,15	14,42	6,28	1,52	0,59	1,76		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
	<b>T</b> Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	<b>E</b> Ragu leves tárkonyos	1 140,06	272,74	17,34	13,52	2,73	20,01	0,33	2,47		
	Epres gombóc	573,95	137,31	3,75	0,54	0,08	28,79	0,00	0,65		
	Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
	<b>V</b> 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		
	Kenyer, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	Kefir, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Összesen:	8 711,57	2 084,11	62,89		15,32	277,34	74,31	9,97		





2021.06.07.

hétfő

(00112)

Pépes szoc. otthon

<b>R</b>	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	
	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67	
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
<b>E</b>	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
	Tejbedara, kakaós porcukor	2 139,42	511,82	18,67	6,93	3,51	93,08	34,97	1,08	
<b>V</b>	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	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:	9 845,84	2 355,46	70,24		27,83	306,30	88,46	12,64	





2021.06.07.

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	0,00	62,76	0,00	2,40			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
			Tarhonya köret	2 039,44	487,91	16,57	10,73	1,48	80,68	0,00	2,16	
	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		
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24		
		Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:		9 047,04	2 164,37	91,60		16,38	284,46	45,48	17,20		





2021.06.07.  
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		
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Összesen:	7 063,46	1 689,82	57,99		11,94	178,75	66,84	7,00			
(00121) Epés 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		
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		





2021.06.07.  
hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	E	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			
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
		Összesen:	8 844,20	2 115,83	84,26		15,02	250,23	60,91	13,43			
	(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		
			Majorannás darált sertéshús	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		
		Derby tömlősajt 27%Áfa	790,65	189,15	2,75	19,25	11,45	1,00	0,00	0,59			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
	Összesen:	9 343,92	2 235,38	78,05		25,59	247,79	60,51	11,78				





2021.06.07.

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	
	Szatmári löncs	705,58	168,80	8,15	14,42	6,28	1,52	0,59	1,76	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	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	
E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
	Sertés tokány	1 318,57	315,45	26,32	20,89	5,65	5,09	0,50	3,23	
	Tarhonya koret diab.	1 129,68	270,26	7,59	10,07	1,26	37,00	0,00	2,97	
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
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	





2021.06.07.  
hétfő

(00130) Cukros 180 g CH	V	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	8 143,59	1 759,20	75,61		22,09	179,63	10,12	15,19		
	(00137) Cukros sószegény szoc. otthon	R	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	
			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	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	    
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 
			Sárgarépa főzelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	 
		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			





2021.06.07.  
hétfő

(00137) Cukros csészény	V	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Összesen:	7 199,32	1 722,34	73,06		13,41	177,54	10,56	11,68			
	(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		
			Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		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				
	Összesen:	6 236,39	1 491,97	75,88		15,10	164,68	3,74	12,43				





























2021.06.07. hétfő (00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		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	
		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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Összesen:	8 970,38	2 146,02	67,63		22,49	265,93	76,76	11,38	





2021.06.07. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 		
	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	     		
	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:	7 189,62	1 720,00	74,35		8,65	258,65	70,72	12,11			
2021.06.08. kedd (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28	 		
	Grissini	2 102,96	503,10	11,98	14,00	7,56	63,76	6,42	3,70			
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
E	Májgaluska leves	1 016,57	243,20	10,41	10,60	1,57	25,71	0,29	3,92	     		



2021.06.08.  
kedd

(00101) Normál szoc.otthon	E	Vagdalt (Stefania)	1 109,48	265,42	21,76	13,75	3,46	13,34	0,00	3,59			
		Gyöngybab főzelék	2 507,02	599,77	26,64	21,96	4,98	73,05	1,32	1,38			
		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			
		Magyaros sertésflekken	2 921,18	698,85	18,27	67,69	22,49	3,31	0,00	1,63			
		Burgonya saláta	1 499,84	358,81	9,09	0,73	0,09	77,19	5,00	2,01			
		Összesen:	13 762,45	3 292,45	113,08		41,95	385,98	63,48	17,38			
	(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		
			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	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	18,24	0,00	3,08		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
		Cukkínis sárgarépa főzelék	1 015,10	242,85	6,21	10,26	1,10	30,81	0,00	2,17			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31			
	Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00				





2021.06.08.  
kedd

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	00112	V	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
			Összesen:	9 957,94	2 382,27	100,27		11,72	311,95	66,94	13,73	
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	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		
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
		Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00		
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
		Összesen:	9 777,08	2 339,00	109,24		21,01	298,27	59,40	17,78		





2021.06.08.

kedd

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14			
	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	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,98	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 diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00		
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
	Összesen:		7 272,22	1 739,76	91,50		18,94	234,74	65,79	9,19		
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Barackíz		724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	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			





2021.06.08.

kedd

(00121) Epés szoc.otthon	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	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	
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
		Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00	
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
		Összesen:	9 192,29	2 199,10	99,91		10,07	331,01	82,88	15,78	
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
Barackíz			724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	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	
T		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
E		Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	18,24	0,00	3,08	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.06.08.  
kedd

(00122) Epés pépés szoc.otthon	V	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31			
		Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00			
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
		Összesen:	9 166,44	2 192,91	95,87		9,28	345,99	97,88	14,06			
	(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		
			Grissini	525,74	125,78	3,00	3,50	1,89	15,94	1,61	0,93		
		E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,98	17,04	0,00	3,08		
			Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54		
			Cukkínis sárgarépa főzelék	1 120,84	268,14	7,94	11,01	1,51	33,67	0,00	2,53		
		U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
V		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Petrezselymes fasírt	1 824,02	436,37	24,50	29,86	5,41	16,86	0,00	3,73			
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50			
		Összesen:	9 850,50	2 293,58	118,19		22,62	191,26	12,87	17,55			






2021.06.08.

kedd

(00137)

Cukros sószegény szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 		
	Zsemle, vizes	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	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,98	17,04	0,00	3,08	   	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56		
	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	   	
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
	Összesen:		7 806,03	1 867,48	97,68		12,03	182,23	7,95	15,29		




















2021.06.08. 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	
			Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
			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	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,98	17,04	0,00	3,08	
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
			Cukkínis sárgarépa főzelék	1 015,10	242,85	6,21	10,26	1,10	30,81	0,00	2,17	
		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	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
		Összesen:	7 593,82	1 816,71	94,39		10,79	190,78	7,95	13,21		
	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	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	





2021.06.08.

kedd

(00143) Epés, húsmentes	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	    
		Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03	  
		Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00	
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
		Összesen:	10 644,33	2 546,47	69,01		23,92	382,59	97,88	12,87	
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
Tej 2 dl.			405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
Barackíz			724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	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	
T		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
E		Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	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	
	Cukkínis sárgarépa főzelék	1 120,84	268,14	7,94	11,01	1,51	33,67	0,00	2,53	  	





2021.06.08. kedd	(00165) Sószegény szoc. otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
			Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00	
			Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
			Összesen:	10 011,50	2 395,08	109,07		12,11	361,79	97,88	16,02	
2021.06.09. 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	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Tejfölös gombaleves	971,28	232,36	5,24	13,58	3,38	21,82	0,98	3,02	
			Bácskai rizseshús	2 670,22	638,81	31,39	23,33	4,82	75,05	0,00	3,12	
			Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			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	
			Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
			Összesen:	8 475,16	2 027,54	91,64		17,98	279,52	54,22	13,16	





2021.06.09. 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	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
		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	
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	8 418,84	2 014,07	96,23		15,17	314,20	64,71	16,73	





2021.06.09.

szerda

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	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	  	
			Mustáros sertésszelet	2 691,29	643,85	16,11	60,11	19,02	8,84	0,00	1,21	  	
			Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20		
		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	0,00	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:		9 704,45	2 321,64	64,03		23,54	307,90	63,74	11,13		





2021.06.09. 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 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07	
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			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	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		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
		Összesen:	5 601,19	1 339,99	52,32		9,76	204,23	79,33	6,18		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kétfíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		





2021.06.09. 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			
	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			
	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:	9 473,28	2 266,34	91,95		16,82	321,13	68,44	13,40			
2021.06.09. szerda		(00122) Epés pépes szoc. otthon										
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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	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			
	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			





2021.06.09. 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:	8 399,40	2 009,42	94,30		13,44	306,32	66,97	13,34	
	(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	







2021.06.09.  
szerda

(00130) Cukros 100% CUKOR	V	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:	6 998,69	1 422,27	82,62		19,40	183,53	7,11	14,32	
(00137) Cukros sószegény 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	
		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	
		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	  
		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	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	U	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	





2021.06.09.  
szerda

00137	V	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	7 024,23	1 554,43	79,41		16,82	182,46	7,35	12,76	
(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	  
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	U	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:	6 491,46	1 552,99	86,43		16,32	201,16	7,37	12,97	





2021.06.09. 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	
			Rántott karfiol	576,00	137,80	2,16	6,30	0,00	17,10	0,00	0,00	
			Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20	
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 613,88	2 060,74	61,47		12,59	331,01	69,80	8,89		
	(00165) Sószegény 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	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
















2021.06.09. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon														
E	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				
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00				
	Összesen:		9 576,22	2 290,97	92,69		16,83	327,42	70,64	13,41				
2021.06.10. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon	R	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27				
		Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
		Vajkrém ízesített 27%	0,00	7,98	0,08	0,77	0,49	0,17	0,07	0,05				
		Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96				
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01				
	E	Fahéjas szilvaleves	955,74	228,65	2,26	2,47	1,52	47,57	26,90	0,40				
		Rántott csirkemáj (szezámagos)	2 586,99	618,90	47,89	23,72	4,90	52,73	0,00	3,13				
		Burgonyapüré	1 332,77	318,84	8,76	4,85	2,15	58,81	0,03	1,97				
		Ecetes cékla	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				





2021.06.10. csütörtök	(00101) Normál otthon	V	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 	
			Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
			Összesen:	10 032,08	2 408,00	97,90		21,86	372,57	89,15	11,87		
	(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		
			Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96		
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		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		
			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		
			Kenyer, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	10 724,89	2 565,76	105,74		28,27	327,24	84,17	14,22		





2021.06.10.  
csütörtök

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

<b>R</b>	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
<b>T</b>	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
<b>E</b>	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
	Pírtott csirkemáj	1 420,33	339,79	40,17	16,71	3,96	6,77	0,00	3,29	
	Sós burgonya	1 117,05	267,24	7,13	0,57	0,07	57,00	0,00	2,88	
	Ecetes cékla	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23	
<b>V</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	9 796,84	2 343,75	95,31		27,39	283,34	55,29	17,49	





2021.06.10. csütörtök		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon										
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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 Gyümölcslé 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 csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		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		
		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:		9 039,48	2 162,56	97,09		25,99	209,86	72,35	7,06			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			





2021.06.10.  
csütörtök





(00121) Epés szoc.otthon	R	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	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					
	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					
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
		Összesen:	8 397,90	2 009,06	79,42		13,58	310,58	77,73	12,32					
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
T		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					
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					







2021.06.10.  
csütörtök

2021.06.10. 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		
			Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	10 701,35	2 560,13	104,04		26,65	315,92	82,11	13,15		
	(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		
			Kalocsai rúd	905,39	216,60	6,37	3,70	2,93	35,75	2,73	1,48		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kalocsai rúd	452,70	108,30	3,19	1,85	1,47	17,88	1,37	0,74		
		E	Csirkebecsinált leves	1 461,74	349,70	20,74	24,01	6,62	12,58	0,00	3,30	  	
			Diab.turos metelt	2 191,74	524,34	26,55	24,32	9,88	49,09	5,35	2,52	  	
		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			
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 		
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12			
		Összesen:	8 197,10	1 708,98	78,13		28,88	183,16	17,95	9,82			





2021.06.10.  
csütörtök

(00137)

Cukros sószegegy szoc. otthon

<b>R</b>	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	
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
<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>	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Vegyes gyümölcsmártás 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	
<b>U</b>	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	
<b>V</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	





2021.06.10. csütörtök (00139) Cukros pépes szoc. otthon	00137	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
			Összesen:	7 625,12	1 698,17	74,75		16,65	191,85	19,70	11,04	
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Vegyes gyümölcsmártás 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	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		
		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		
		Összesen:	7 369,93	1 763,15	76,46		17,00	185,40	20,14	10,05		





2021.06.10.  
csütörtök

























(00143)  
Epés, húsmentes

(00165)  
Sószegény szoc. otthon

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		
	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
		Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03	
		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	
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:		10 126,10	2 422,50	76,20		27,60	347,83	93,58	12,63		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96		
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	





2021.06.10. csütörtök (00165) Sószegény szoc. otthon													
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			
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		8 486,31	2 030,21	78,18		16,25	317,48	81,29	12,51				
2021.06.11. péntek (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sült kolbász	1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13	  		
		Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72			
		Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Frankfurti leves	1 223,82	292,78	9,55	17,60	4,90	23,69	0,98	2,51	     		
		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			
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	 		
		Kenyer, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	 		





2021.06.11.  
péntek

00101	V	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
		Összesen:	9 948,13	2 379,93	105,85		40,94	309,06	52,57	20,32	
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
		Graham kenyér	2 019,00	483,02	21,50	3,17	0,84	85,17	1,29	2,24	
		Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
	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	
		Petrezselymes fasírt *diétás	1 275,01	305,03	20,51	14,92	3,12	21,80	0,00	1,87	
		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	
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	9 349,25	2 236,66	102,84		19,09	302,69	51,90	15,48	





2021.06.11.

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			
	Sült kolbász	1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13			
	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	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		
		Petrezselymes fasírt *diétás	1 275,01	305,03	20,51	14,92	3,12	21,80	0,00	1,87		
		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		
		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		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Összesen:	9 074,16	2 170,84	95,19		17,88	287,73	48,63	14,62		





2021.06.11. péntek	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		T	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	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		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		
		Összesen:	5 372,25	1 285,22	60,12		9,26	185,91	68,10	5,68		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31		







2021.06.11.  
péntek

(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	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05		
		Petrezselymes fasírt *diétás	1 275,01	305,03	20,51	14,92	3,12	21,80	0,00	1,87		
		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		
		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:			8 521,05	2 038,53	89,72		17,00	285,51	58,28	13,74	
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
Daráltvirsli			1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
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		
		Petrezselymes fasírt *diétás	1 275,01	305,03	20,51	14,92	3,12	21,80	0,00	1,87		
		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		
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		





2021.06.11.  
péntek

00122	V	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
		Összesen:	9 029,99	2 160,29	101,24		17,88	290,57	57,46	14,51	
(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	
		Sült kolbász	1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		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	Korpvit 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	
		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	
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
	Összesen:	8 993,45	1 899,48	92,25		25,46	190,71	10,25	13,56		





2021.06.11. péntek (00137)		Cukros sószegény szoc. otthon									
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	   	
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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	   	
	Sertés aprópecsenye*diéta	1 373,37	328,56	25,60	23,82	5,07	2,60	0,00	1,31		
	Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	 	
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		
	Kéfires 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:		8 258,93	1 786,79	90,25		21,37	175,22	12,85	11,76		





2021.06.11.

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		
	Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	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	
		Korpovit keksz	10,60	2,54	0,09	0,08	0,01	0,36	0,04	0,01	
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		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	
		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:		7 875,60	1 884,13	85,78		19,55	189,92	14,05	11,09		
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		

(00143)

Epés, húsmentes





2021.06.11.  
péntek

(00143) Epés, húsmentes	R	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	
		Kéfires 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:	7 330,73	1 753,76	57,81		8,72	283,50	73,99	9,66		
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	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	





2021.06.11. péntek (00165) Sószegény szoc. otthon		E	V											
	Petrezselymes fasírt *diétás	1 275,01	305,03	20,51	14,92	3,12	21,80	0,00	1,87					
	Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29					
	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:	8 439,10	2 018,92	83,91		12,15	308,85	73,90	11,70					
2021.06.12. szombat (00101) Normál szoc.otthon		R	T	E	V									
	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					
	Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40					
	Kakaós kuglóf 0,5	1 471,01	0,00	10,02	8,67	4,16	58,03	9,99	0,05					
	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00					
	Daragaluska leves	989,26	236,67	6,53	10,46	1,26	28,60	0,00	2,84					
	Rakott cukkini	2 006,16	479,94	24,52	23,95	7,89	40,79	1,98	1,72					
	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	0,00	62,76	0,00	2,40					
	Összesen:	8 724,20	1 735,21	75,62		21,19	289,60	82,75	8,93					





2021.06.12. szombat	Pépes szoc. otthon (00112)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40	
			Kakaós kuglóf 0,5	1 471,01	0,00	10,02	8,67	4,16	58,03	9,99	0,05	
		T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
			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	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Összesen:	7 924,08	1 543,79	85,27		10,30	280,93	83,37	14,46	





2021.06.12.  
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				
			Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
		T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01				
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75				
			Csirke aprópecsenye	1 076,04	257,42	25,64	15,60	2,63	3,29	0,00	1,64				
			Burgonyafőzelék	1 720,84	411,68	8,60	14,62	1,64	60,10	0,00	1,82				
		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	0,00	62,76	0,00	2,40				
		Összesen:		8 643,77	2 067,88	81,33		15,86	282,71	60,28	15,15				
		(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	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				







		2021.06.12. szombat									
(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		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	
	Összesen:	6 334,12	1 515,33	76,77		19,17	188,33	61,69	7,90		
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
		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:	7 816,56	1 869,98	86,37		10,38	257,73	51,80	16,29		





2021.06.12. szombat		(00122) Epés pépes 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		
		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	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
		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:		7 759,71	1 856,38	88,77		10,54	256,85	51,80	16,44			
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		
	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01			





2021.06.12.  
szombat

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	<b>E</b>	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		
	<b>U</b>	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		
	<b>V</b>	Keserű 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:	7 847,34	1 877,37	114,68		24,90	173,52	3,88	14,43		
	(00137) Cukros sószegegy szoc. otthon	<b>R</b>	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
<b>T</b>		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
<b>E</b>		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	3,15	14,50	0,00	3,31		
		Z.babpürefőzelék *mirelit-ből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
<b>U</b>	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46			





2021.06.12.  
szombat

(00137) Cukros sószegény szoc.	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	  		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Összesen:		7 151,72	1 710,95	94,19		21,32	181,92	3,45	16,55			
	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	   	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
			Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	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	3,15	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			





		2021.06.12. szombat										
(00139) Cukros	V	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:	7 180,25	1 717,77	94,64		20,89	187,54	3,52	16,58		
(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	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:	7 061,09	1 689,24	51,19		7,94	290,94	69,78	9,81			





2021.06.12. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon												
2021.06.12. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40		
		Kakaós kuglóf 0,5	1 471,01	0,00	10,02	8,67	4,16	58,03	9,99	0,05		
	T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
		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:	8 076,25	1 580,19	86,09		10,76	286,34	84,87	13,59			
2021.06.13. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33		
		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	Orjaleves	543,26	129,97	4,46	6,80	0,64	12,74	0,00	2,25		
		Halfilé Orly módra	1 205,58	288,42	30,77	14,59	2,59	8,28	0,00	2,49		
		Petrezselymes burgonya	1 697,65	406,14	8,93	9,39	1,07	69,69	0,00	1,42		





2021.06.13.  
vasárnap

(00101) Normál szoc.otthon	E	Tartármártás	1 776,99	425,12	2,07	43,49	8,54	5,50	4,65	1,17			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Soproni	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,17	0,24	0,00	2,00			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02			
		Összesen:	10 943,52	2 618,07	96,42		26,78	273,42	51,29	16,47			
	(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				





2021.06.13.  
vasárnap

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	00112	V	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		
	Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	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	0,00	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		Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16	
				Halfilé Orly módra	1 205,58	288,42	30,77	14,59	2,59	8,28	0,00	2,49	
				Petrezselymes rizs	1 840,64	440,34	7,40	14,21	1,64	70,19	0,00	1,98	
				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	
				Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
				Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
				Összesen:	9 188,39	2 198,17	94,16		15,18	286,01	45,40	17,55	







2021.06.13. vasárnap		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon									
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	
		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	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	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Tehéntúró félzsiros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07	
	Összesen:		7 225,14	1 728,49	67,06		15,23	191,19	53,32	6,14	
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		





2021.06.13.  
vasárnap

		(00121) Epés szoc.otthon										
R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	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			
	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
	Összesen:	10 451,73	2 500,41	113,28		29,48	320,52	49,04	15,05			
		(00122) Epés pépes szoc. otthon										
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41			
	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			





2021.06.13.  
vasárnap

2021.06.13. vasárnap	(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	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		
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
			Összesen:	9 827,27	2 351,02	86,59		12,08	321,94	71,32	10,99		
	(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	Orjaleves	543,26	129,97	4,46	6,80	0,64	12,74	0,00	2,25		
Halfilé Orly módra			1 205,58	288,42	30,77	14,59	2,59	8,28	0,00	2,49			
Párolt rizs diab.			1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53			
Almakompot (h) diab			146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01			
U		Korповit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06			
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				





		2021.06.13. vasárnap									
(00130) Cukros 180 g szoc. otthon	V Soproni	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,17	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		
	Paradicsom	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01		
	Összesen:	9 230,41	2 208,24	88,44		22,07	184,26	8,88	14,18		
(00137) Cukros sószegegy szoc. otthon	R Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
	T Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60		
	E Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
	Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71		
	Burgonya petrezselymes 200 g.	999,47	239,11	5,09	5,98	0,68	40,20	0,00	2,48		
	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		
Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76			





		2021.06.13. vasárnap									
(00137) Cukros	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
		Összesen:	7 946,84	1 775,14	83,87		15,93	184,97	8,61	10,97	
(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	0,00	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		





2021.06.13.  
vasárnap

00139	V	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		19,22	184,02	9,02	11,12	
(00143) Epés, húsmentes	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	
		Halrúd	899,50	215,19	9,30	11,07	0,63	18,20	0,00	0,00	
		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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		Összesen:	10 603,13	2 536,63	79,42		21,88	335,63	54,44	11,76	





2021.06.13.  
vasárnap

(00165)

Sószegény 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	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
T	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	
	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
Összesen:		10 544,81	2 522,67	95,64		18,17	317,78	55,48	13,29	

.....  
élelmezésvezet

.....  
intézményvezet

.....  
érdekképviseleti fórum

