



Tételes étlap 2021.06.21. - 2021.06.27.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.06.21. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajtos tavaszi rolád	907,20	217,03	14,40	17,60	7,45	0,16	0,00	2,40		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Alföldi gulyásleves	1 352,97	323,68	18,31	11,73	2,50	35,28	0,00	2,86		
		Szilvás lepény	3 180,80	760,96	21,36	16,77	3,83	129,29	25,02	0,64		
		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		
		Korpás kenyér	2 006,40	480,00	17,66	2,43	0,62	94,29	2,46	2,09		
	Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00			
	Összesen:		11 168,08	2 671,79	105,69		22,43	390,44	72,48	11,93		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26		
Kenyér, félbarna		1 297,30	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			





2021.06.21.
hétfő

Pépes szoc. otthon (00112)	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	987,51	236,25	3,16	2,75	1,53	48,69	24,22	0,26			
	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:		8 545,42	2 044,35	85,51		25,68	257,62	69,86	13,67			
	Tej és tejtermékmentes szoc. otthon (00113)	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		
			Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00		
		T	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
			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			665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96			
Őszibarack mártás tejm.			875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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				





2021.06.21. hétfő	00113	V	Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
			Összesen:	8 000,56	1 914,02	88,13		13,97	261,05	68,56	14,64	
	Folyékony pépes szoc.otthon (00115)	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	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	
			Őszibarack mártás	987,51	236,25	3,16	2,75	1,53	48,69	24,22	0,26	
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
		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	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	
			Összesen:	8 421,85	2 014,80	73,79		25,56	220,98	88,01	7,07	





2021.06.21.

hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	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		
		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:	7 764,83	1 857,61	86,46		17,57	256,09	71,96	11,92		
	(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 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		





2021.06.21. hétfő	(00122) Epés pépés szoc.otthon	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	
		Összesen:	7 706,67	1 843,69	86,20		18,22	248,37	54,21	12,42	
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R Késérű 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	
		Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		T Késérű 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	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
		Rakott brokkoli mir.	2 034,29	486,67	32,50	24,49	8,17	33,26	1,98	4,29	
		U Alma	232,66	55,66	0,64	0,64	0,00	11,20	0,00	0,02	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		V Késérű 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	















2021.06.21.
hétfő

(00130) Cukros 100 ~ 200 g		V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
			Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00		
			Összesen:	7 320,94	1 499,37	94,25		17,89	187,84	3,49	12,94		
(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		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		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		
			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		
			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:	9 043,20	2 163,45	107,50		33,29	187,19	14,91	13,58		





2021.06.21. 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	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	  	
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09		
		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		
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	6 577,41	1 573,54	36,78		4,17	290,29	104,10	6,52			
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		


















2021.06.21. 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 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			
	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:	8 123,74	1 943,48	83,54			13,29	305,56	104,14	10,45		
2021.06.22. kedd (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76			
	Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58			
T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
	Vagdalt	1 425,87	341,12	20,59	21,00	4,04	17,04	0,00	1,73			
	Kelkáposzta főzelék	1 202,68	287,72	11,19	10,22	1,14	37,13	0,00	3,15			
	Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2021.06.22. kedd	(00101) Normál	V	Krumplis pogácsa (tepsis)	1 446,33	346,01	7,98	13,04	6,27	47,73	0,73	15,69	 	
			Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14	 	
			Összesen:	9 459,06	2 262,92	79,28		28,50	297,67	52,50	26,79		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58		
		T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
		E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	  	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
			Tejf.burgonyafőzelék diétás	1 078,05	257,91	7,23	2,95	1,55	49,50	0,66	2,70	 	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 	
			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:	11 051,33	2 643,86	108,34		27,95	316,11	69,03	12,85				





2021.06.22.
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		
		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		
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	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:	8 667,03	2 073,44	87,30		13,36	301,13	47,40	20,16			
(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		





2021.06.22.
kedd

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
		Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00	
		Összesen:	7 879,29	1 884,98	83,92		12,17	272,01	58,55	9,41	
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
Sajt kocka (8 db)			413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
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		





2021.06.22. kedd	00121	V	Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
			Összesen:	8 563,64	2 048,71	87,07		13,56	300,59	50,56	18,68	
	Epés pépes szoc. otthon (00122)	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	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		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 serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
			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:	11 046,89	2 642,79	108,59		26,59	320,21	68,94	12,79	





2021.06.22.

kedd

(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		
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	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	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
	Összesen:		8 119,54	1 816,45	83,83		17,79	187,52	7,72	16,42	


















2021.06.22.

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	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	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	Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	 
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 
	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	 
Tört burgonya		783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
Összesen:		8 597,84	2 056,91	100,24		26,30	185,45	7,19	12,06		





2021.06.22. 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	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
		E	Zöldbabbpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	
			Halrúd	899,50	215,19	9,30	11,07	0,63	18,20	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	
			Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03	
			Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16	
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
		Összesen:	10 810,98	2 586,34	80,53		27,67	352,64	64,56	13,29		
	(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	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58		





2021.06.22. kedd (00165) Sószegény szoc. otthon	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	
	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:			9 126,27	2 183,32	79,32		12,08	275,57	52,37	16,30
2021.06.23. szerda (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Gyümölcsleves	944,69	226,00	1,46	3,57	1,90	46,04	34,65	0,47	
		Rántott halfilé	1 528,32	365,63	31,79	15,12	2,64	25,29	0,00	3,09	
		Zöldséges rizs	1 598,26	382,36	7,57	11,69	1,35	61,20	0,00	2,42	
		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	
		Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80	
Kenyer, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		





2021.06.23. szerda		00101												
				(00112)							Pépes szoc. otthon			
V	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02					
	Összesen:	10 841,25	2 593,60	96,12		25,50	326,53	90,78	14,10					
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	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 (friss)	1 127,45	269,73	6,49	10,61	1,53	36,22	5,99	3,65	 				
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	 				
	Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	 				
	Összesen:	8 203,94	1 962,66	82,26		18,57	275,13	57,87	17,49					





2021.06.23.

szerda

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Köménymag leves zsemlekocta	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
	Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
	Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00		
	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
Összesen:		6 857,34	1 640,52	61,10		10,45	253,38	67,19	15,02		





2021.06.23.

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			
	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	Zellerkrémleves (frissből)	768,94	183,96	4,89	9,02	2,23	20,32	0,66	3,46	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Sárgarépa főzelékpüré (friss)	1 127,45	269,73	6,49	10,61	1,53	36,22	5,99	3,65		
	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		
Tejföl 12 % poh. 140 g		784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14			
Összesen:		5 781,93	1 383,24	46,38		18,87	169,93	72,52	7,79			
(00121)	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		





2021.06.23.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	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 főz.tejmentes (friss)	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55	 		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	 		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	7 589,68	1 815,71	78,93		14,17	252,61	53,10	17,46			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Sárgarépa főz.püré (friss) TM.	1 026,02	245,46	4,79	9,86	1,13	33,57	5,99	3,58			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	 		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	7 876,49	1 884,33	75,95		16,06	256,75	59,09	15,51				





2021.06.23.

szerda

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	 	
	E	Brokkoli krémleves	325,99	77,99	3,65	4,00	0,92	6,73	0,30	1,03	 	
		Rántott hal szezámós	1 568,32	375,20	33,80	15,29	2,71	25,29	0,00	3,09	 	
		Zöldséges rizs	799,13	191,18	3,79	5,85	0,68	30,60	0,00	1,21	 	
	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		
		Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80		
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
	Összesen:		7 970,50	1 654,77	95,54		18,44	188,64	12,89	11,01		





2021.06.23.

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		
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	 	
	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.püré (friss) TM.	1 026,02	245,46	4,79	9,86	1,13	33,57	5,99	3,58		
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		7 825,00	1 872,02	79,38		21,68	180,62	20,48	12,63		
	(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		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		










2021.06.23. szerda		(00143) Epés, húsmentes													
(00165) Sószegegy szoc. otthon	E	Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03					
		Sárgarépa főz. tejszínes (friss)	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55					
		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				
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	Összesen:		9 979,36	2 387,40	101,61		41,48	250,67	52,70	18,69					
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Kétféle 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 zsemle kocka	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 főz. tejszínes (friss)	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55					
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						





















2021.06.24. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon	21.06.: (00165	V	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
			Összesen:	7 681,24	1 837,61	79,93		14,21	256,61	53,10	17,48	
	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	 	
		Teljes kiőrlésű fahéjas csiga	3 394,16	812,00	13,18	19,46	13,14	110,44	45,64	1,00		
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E	Zöldborsóleves	1 056,95	252,86	9,79	10,01	1,09	30,22	0,00	2,99	  	
		Paprikás burgonya kolbásszal	2 260,53	540,80	20,00	19,96	5,21	68,72	0,50	3,87	  	
		Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 	
		Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	 	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		Összesen:	10 510,65	2 514,52	72,31		25,98	376,68	113,18	14,59		





2021.06.24. csütörtök (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	 
		Kalács kakaós 500g	1 458,82	349,00	11,66	5,28	3,38	54,50	3,54	0,85	  
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	  
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	 
		Összesen:	9 275,80	2 219,10	84,79		18,64	351,95	85,85	14,46	





2021.06.24.
csütörtök

(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	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	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	
		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:	9 270,58	2 217,85	86,04		21,35	286,99	61,60	16,43	





2021.06.24. 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 Gyümölcsle 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		E Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		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		
		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				
Összesen:		8 769,91	2 098,07	78,84		26,30	231,53	48,82	7,87			
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		





2021.06.24.
csütörtök

(00121)
Epés szoc.otthon

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	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
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	
	Sajt klf. Trappista	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	
Összesen:		9 810,62	2 347,04	102,79		24,28	324,27	78,83	14,29	

(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 csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	





2021.06.24.
csütörtök

(00122)	Epés pépes szoc. otthon	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41				
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12				
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58				
			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				
			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				
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
			Összesen:	12 381,48	2 962,08	108,86		28,67	331,79	75,95	16,07				
		(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		
	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	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				
	Sós kalács			303,47	72,60	2,38	0,72	0,24	13,45	1,01	0,78				
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				





2021.06.24.
csütörtök

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	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			
		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			
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
		Összesen:	6 707,58	1 352,64	84,44		14,77	189,22	6,75	14,33			
	(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 csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
			Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02		
E		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			
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01			
U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00				





2021.06.24. csütörtök	(00139) Cukros pépes szoc.	U	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	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:	7 294,52	1 745,12	76,80		14,47	184,20	11,90	10,54		
	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	 	
			Rántott karfiol mirelit	1 131,17	270,62	2,40	19,99	1,48	19,00	0,00	0,00		
			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		
			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:	8 514,15	2 036,88	50,63		11,38	338,55	80,89	9,54		












2021.06.24.
csütörtök

(00165)

Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	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	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		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
Összesen:		9 440,76	2 258,55	89,18		12,12	359,19	78,83	12,80		





2021.06.25.
péntek

(00101)
Normál 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			
	Vajkrém ízesített 27%	0,00	5,32	0,06	0,51	0,32	0,12	0,05	0,03			
	Kornspitz	2 100,86	502,60	21,50	10,72	4,52	73,22	1,88	4,46			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42	
			Frankfurti pulyka tokány	1 339,66	320,49	28,41	20,06	4,54	6,42	0,13	1,78	
		Szarvacska tészta	1 620,07	387,58	13,50	7,70	1,09	65,61	0,00	1,54		
	V	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		
		Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
		Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
	Összesen:		10 262,90	2 460,56	99,35		18,75	291,84	54,14	15,97		
	R	(00112) Pépes szoc. otthon	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		
Korpás kifli			1 907,76	456,40	15,96	2,98	1,28	87,08	5,12	2,42		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		





2021.06.25. péntek		(00112)		Pépes szoc. otthon													
(00113)	Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	E	Vagdalt	1 517,13	362,95	17,71	25,04	7,65	16,02	0,19	3,46						
			Cukkinifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02						
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27						
			Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36						
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40							
	Összesen:	10 223,11	2 445,72	81,45		25,26	278,23	57,84	16,86								
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00							
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00							
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40							
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75						
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20						
Cukkinifőzelék tejmentes			876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99							
V		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								
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40								





2021.06.25.

péntek

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

00113

V	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
	Összesen:	7 654,45	1 831,20	83,21		10,00	257,90	45,72	16,30		
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		
	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	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		
	Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
	Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Összesen:	7 223,40	1 728,08	62,31		12,58	197,69	81,93	4,86		





2021.06.25.
péntek

(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	7 703,37	1 842,91	76,99		14,71	236,44	48,48	10,25			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99		





2021.06.25.
péntek

(00122) Epés pépés szoc.otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 373,32	1 763,95	72,25		12,63	250,04	48,48	12,74		
	(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	
			Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18	
			Korpás kifli	953,88	228,20	7,98	1,49	0,64	43,54	2,56	1,21	
		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 kifli	476,94	114,10	3,99	0,75	0,32	21,77	1,28	0,61	
		E	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39	
			Diab. milánói makaróni	2 405,41	575,46	35,05	26,07	9,08	49,41	0,00	5,39	
		U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Főtt, füstölt tarja	608,61	145,60	11,20	10,40	4,24	1,84	0,64	2,56	





2021.06.25.
péntek

		(00130)											
		Cukros											
		100 ~ 200 g											
(00139)	Cukros pépes szoc. otthon	V	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
			Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
			Összesen:	8 025,25	1 667,87	84,96		22,19	188,09	11,46	14,64		
		R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	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		
			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	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51			
		Cukkinifőzelék	1 079,52	258,26	6,99	10,77	2,21	27,53	1,01	1,02			
	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 top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Összesen:	6 519,82	1 307,72	74,56		17,75	173,33	2,42	13,61			





















2021.06.25. péntek	(00143) Epés, húsmentes	R	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	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
			Cukkinifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99	
		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	
			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:	8 200,07	1 961,73	50,69		10,83	287,71	73,22	8,52		
	(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	
			Korpás kifli	1 907,76	456,40	15,96	2,98	1,28	87,08	5,12	2,42	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	





2021.06.25. péntek (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 		
	Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99			
	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:		8 989,95	2 150,70	71,35		12,05	273,24	74,34	9,70			
2021.06.26. szombat (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Csészes margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04	 		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
T	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00			
E	Raguleves	1 079,52	258,26	20,53	9,44	1,83	22,36	0,00	2,02	  		
	Tojásfasírt F*	1 166,31	279,02	13,12	12,36	2,39	28,49	0,00	1,95	  		
	Parajmártás	988,21	236,41	10,23	10,92	1,76	24,03	0,00	2,26	  		
	Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





(00101) Normál otthon		2021.06.26. szombat										
		V	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	
			Összesen:	9 186,47	2 050,93	90,71		19,15	307,55	53,10	13,64	
(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	
			Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		T	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00	
		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	
			Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73	
			Piritott dara (80 g.)	1 353,57	323,82	7,52	6,37	0,63	58,72	0,00	2,96	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kapros túró	975,91	233,47	14,82	6,84	4,36	8,68	4,60	1,16	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Összesen:	9 260,36	2 215,40	94,62		14,81	339,65	82,43	14,39	





2021.06.26.

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		
	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	T Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42	
		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	
	Összesen:		7 569,41	1 664,09	67,33		13,22	261,84	70,55	11,89	





2021.06.26. szombat		(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		
		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	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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		
		Almamartas (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56		
	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		
Tejföl 12 % poh. 140 g		784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14			
Összesen:		5 028,55	1 203,00	40,66		17,49	155,17	73,95	3,84			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			





2021.06.26.
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		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
		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		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	7 563,45	1 809,45	78,67		15,70	265,66	77,97	12,44			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Meggymártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73		





2021.06.26. szombat		(00122)		E		Piritott dara 20g.		426,10		101,94		1,88		3,91		0,42		14,68		0,00		1,97									
		Epés pépes szoc. otthon				259,29		62,03		0,13		0,03		0,00		15,02		15,00		0,00											
(00130)		Cukros 180 g CH szoc.otthon		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:		7 315,41		1 750,11		73,92				13,63		264,77		77,31		12,38									
						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							
								Diab.minijam * 20 g		118,94		28,45		0,38		0,04		0,00		6,29		0,00		0,03							
								Csészés margarin		213,18		51,00		0,00		5,00		1,40		0,00		0,00		0,12							
								Kenyér, félbarna		864,86		206,91		7,84		0,80		0,00		41,84		0,00		1,60							
						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		Kertészleves		664,15		158,89		4,67		9,50		1,10		13,36		0,00		2,42											
				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		Korpovit 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											





2021.06.26.
szombat

(00130) Cukros 100 ~ 100	V	Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00		
		Összesen:	7 510,87	1 650,08	73,92		16,91	181,55	7,28	11,41		
(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)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
		Kenyér, félbarna	864,86	206,91	7,84	0,80	0,00	41,84	0,00	1,60		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60		
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Meggymártáspüré diab. *mir.*	659,41	157,75	3,61	1,08	0,01	31,21	0,00	0,52		
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kapros túró	975,91	233,47	14,82	6,84	4,36	8,68	4,60	1,16		
		Kenyér, félbarna	864,86	206,91	7,84	0,80	0,00	41,84	0,00	1,60		
		Összesen:	7 227,44	1 729,08	72,88		14,94	178,22	12,07	10,65		




















2021.06.26. 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	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
			Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
			Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	
		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:	7 180,09	1 717,73	54,68		13,05	280,91	77,97	10,29		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		





2021.06.26. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
		Meggy mártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	 	
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 444,27	2 020,17	85,41		15,56	298,98	78,91	10,82		
	2021.06.27. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
Tojásrántotta			1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	 	
Rozskenyér			2 006,40	480,00	17,46	2,60	0,48	95,09	1,40	2,37		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Tárkonyos zöldségleves	639,36	152,96	5,34	7,10	0,75	16,56	0,00	2,77	 	
		Cigánypecsenye	4 500,89	1 076,77	22,58	108,21	40,87	1,55	0,00	5,27	 	
		Hagymás burgonya	1 372,91	328,45	6,57	9,82	1,12	52,09	0,00	0,92	 	
		Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	 	
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.06.27. vasárnap		(00101) Normál otthon											
(00112) Pépes szoc. otthon	V	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	  		
		Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	 		
		Összesen:	12 365,14	2 958,16	91,41		48,42	297,93	46,80	20,79			
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Tojáskrém	675,87	161,68	8,34	12,87	3,40	1,34	0,00	1,57	  		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált 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:	7 783,23	1 862,00	95,91		7,97	271,52	59,95	14,35				





2021.06.27.
vasárnap

(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	
	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	Tárkonyos zöldségleves	639,36	152,96	5,34	7,10	0,75	16,56	0,00	2,77	
	Cigánypecsenye	4 500,89	1 076,77	22,58	108,21	40,87	1,55	0,00	5,27	
	Hagymás burgonya	1 372,91	328,45	6,57	9,82	1,12	52,09	0,00	0,92	
	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	
	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	11 331,72	2 710,93	82,77		47,94	249,91	45,40	20,22	





2021.06.27.
vasárnap

(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			
	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	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78			
	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	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		
	Összesen:		8 287,78	1 982,72	77,18		25,81	212,10	80,07	8,59		
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94		
Csészés margarin		319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18			





2021.06.27.
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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
		Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60			
		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			
		Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:		9 195,86	2 199,96	114,73		25,60	271,96	48,35	15,42			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
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			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
		Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75			
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			





2021.06.27. vasárnap											
(00122) Epés pépés otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	9 898,53	2 368,07	109,58		21,69	285,51	69,28	12,83	
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Tárkonyos zöldségleves	639,36	152,96	5,34	7,10	0,75	16,56	0,00	2,77	
		Cigánypecsenye	4 500,89	1 076,77	22,58	108,21	40,87	1,55	0,00	5,27	
		Hagymás burgonya*I	1 098,33	262,76	5,26	7,85	0,90	41,67	0,00	0,74	
		Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	
	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		
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		





2021.06.27. vasárnap	00130	V	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12				
			Összesen:	10 424,95	2 241,95	84,53		47,49	179,37	1,45	17,40				
	00139	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Tojáskrém	675,87	161,68	8,34	12,87	3,40	1,34	0,00	1,57				
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77				
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03				
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39				
		E	Erőleves	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 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78				
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01				
		U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Darált csirkemell rolád		461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56					
	Zsemle, vizes		1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16					
			Összesen:	7 458,29	1 784,28	89,81		11,63	183,07	8,97	11,77				














2021.06.27.
vasárnap

(00143)

Epés, húsmentes

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  
	Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
	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	
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
Összesen:		8 574,92	2 051,41	67,46		22,22	305,17	78,28	9,92	





2021.06.27.
vasárnap

(00165)

Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  
	Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60	 
	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	
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	  
Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Összesen:		9 195,86	2 199,96	114,73		25,60	271,96	48,35	15,42	

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

