



Tételes étlap 2022.06.20. - 2022.06.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.06.20. hétfő	(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		
		Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Tárkonyos csirkeraguleves	1 156,80	276,75	20,10	11,88	2,06	21,93	0,33	1,95		
		Szilvalekvaros derelye *mir.*	3 040,04	724,87	16,30	14,26	1,08	128,83	0,00	1,47		
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Soproni	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,17	0,24	0,00	2,00		
		Korpás kenyér	2 006,40	480,00	17,66	2,43	0,62	94,29	2,46	2,09		
	Összesen:	11 590,48	2 770,44	86,07		19,93	441,91	103,51	8,97			
(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	0,40			
	Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





















2022.06.20.

hétfő

(00112)	Pépes szoc. otthon	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51			
			Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40			
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
		Összesen:	8 931,71	2 136,77	76,34		21,31	323,20	103,40	12,30				
	(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		
				Olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26		
				Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,45	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	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			
		Vegyes gyümölcs mártás T.M.	1 172,84	280,58	2,67	1,09	0,05	62,75	36,33	0,35				
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	0,36	62,76	0,00	2,40				
	Összesen:	8 670,20	2 074,21	76,07		26,34	268,58	81,73	14,99					




















2022.06.20. hétfő											
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	  
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	  
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	0,36	62,76	0,00	2,40	 
	Összesen:	8 195,31	1 960,59	76,04		24,23	255,25	73,31	14,74		
(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	





2022.06.20.

hétfő

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	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	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			
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39			
		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:	7 707,34	1 843,86	65,15		22,51	201,97	94,96	7,03			
	(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			





2022.06.20. hétfő	(00121) Epés szoc.otthon	E	Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			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:	7 088,68	1 695,85	76,09		11,85	256,94	76,07	13,49		
	(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	4,12	12,99	0,24	3,51	 	
			Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	7 378,92	1 765,28	76,24		12,51	269,45	76,31	14,00				





2022.06.20.

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	
	Olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
	Rakott brokkoli mir.	2 034,29	486,67	32,50	24,49	8,17	33,26	1,98	4,29	
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	
	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	
	Összesen:	7 960,62	1 904,47	80,64		32,03	179,38	5,02	13,29	

(00165)

Sószegény 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	
	Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18	





2022.06.20. 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			
	Vegyes gyümölcsmártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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:	8 060,21	1 928,28	73,85			12,47	319,10	109,91	11,65		
2022.06.21. kedd (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22			
	Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90			
T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08			
E	Zöldségleves vajgaluskával	1 121,06	268,20	6,87	15,30	3,57	25,51	0,04	2,60			
	Pulykahúsos rolád	948,91	227,01	23,52	9,41	2,16	11,79	0,00	1,86			
	Gyöngybab főzelék	2 282,97	546,17	25,56	17,16	1,98	71,73	0,00	1,34			
	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			
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			





2022.06.21.

kedd

(00101) Normál szoc. otthon	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
		Összesen:	10 204,38	2 441,24	103,90		19,67	343,48	53,24	12,57			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
			Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90		
		T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33		
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
			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		
			Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Összesen:	7 645,45	1 829,06	74,22		15,43	285,38	64,94	12,24				





2022.06.21.

kedd

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	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	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
		Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14		
	E	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		
		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	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	Összesen:		7 770,26	1 858,90	78,52		12,26	281,98	53,10	16,02		





2022.06.21.

kedd

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,51	88,91	0,00	3,40		
	T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
	E	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14		
		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		
		Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	7 623,58	1 823,81	79,70		10,04	297,72	61,50	15,31		
	(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		Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		





2022.06.21.
kedd

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	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					
		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:	6 200,83	1 483,45	53,06		7,23	242,96	74,80	6,59					
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Májkrém 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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02				
		E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33				
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20				
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68					
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		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:	8 158,54	1 951,80	78,43		15,74	289,70	66,16	13,99						





2022.06.21.

kedd

(00122)

Epés pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
	Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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:		9 527,72	2 279,36	90,40		26,63	286,41	72,60	11,90	





2022.06.21.

kedd

(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		
	Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
	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	Zöldbaleves diab.*mirelit*	707,26	169,20	5,56	7,32	1,75	19,84	0,50	3,14	
		Natúr szelet normál	1 133,72	271,22	22,09	17,46	3,94	6,10	0,00	2,67	
		Burgonyafőzelék diab.	1 210,43	289,58	6,17	9,80	1,10	43,24	0,00	3,32	
	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	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
	Összesen:		7 919,64	1 642,59	73,55		19,87	184,31	10,31	13,34	





2022.06.21. kedd (00165) Sószegény szoc. otthon											
2022.06.21. kedd (00165) Sószegény 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	
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	
	E	Zöldbableves *mirelitből	638,24	152,69	5,36	5,55	0,62	19,96	0,00	2,83	
		Natúr sertésszelet	1 251,91	299,50	13,48	24,27	6,81	6,44	0,00	3,11	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
		Összesen:	8 730,37	2 088,60	60,55		18,80	267,74	58,63	13,45	
2022.06.22. szerda (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	





2022.06.22.
szerda

(00101) Normál szoc.otthon	R	Vajkrém	270,86	64,80	1,50	6,00	3,90	1,20	0,75	0,27			
		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	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42	 		
		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			
		Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	 		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 		
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02			
		Összesen:	9 929,51	2 375,48	71,41		23,99	290,51	57,81	17,92			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
		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 zsemlekočka	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			





2022.06.22.
szerda

(00112) Pépes szoc. otthon	E	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 top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,51	88,91	0,00	3,40			
		Összesen:	9 398,09	2 248,35	73,77		20,55	275,11	59,57	18,26			
	(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		
			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		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	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 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		
		Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02			
		Összesen:	7 174,57	1 716,41	62,32		14,28	255,92	67,19	16,78			





2022.06.22.

szerda

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,51	88,91	0,00	3,40			
	Összesen:		7 202,49	1 723,09	67,05		14,52	254,86	67,19	14,82			





2022.06.22. 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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	6 490,02	1 552,64	46,80		11,31	171,75	74,34	7,83		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2022.06.22.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	R	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		
	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.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		
		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		
	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		





2022.06.22.
szerda

		(00122)												
Cukros 180 g CH szoc.otthon	(00122) Epés	V	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
			Összesen:	7 876,49	1 884,33	75,95		16,06	256,75	59,09	15,51			
	(00130)	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 ízesített 27%	0,00	7,98	0,08	0,77	0,49	0,17	0,07	0,05		
				Korpás kifli	1 430,82	342,30	11,97	2,24	0,96	65,31	3,84	1,82		
		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		Kertészleves	464,92	111,22	3,27	6,65	0,77	9,35	0,00	1,69		
				Paprikás burgonya kolbással*d	1 707,70	408,54	15,17	16,91	4,26	47,84	0,40	3,35		
				Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98		
		U		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		V		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
				Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36		
				Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
				Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
				Összesen:	7 559,30	1 564,37	58,83		18,78	189,95	10,93	14,63		





2022.06.22. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon												
2022.06.23. csütörtök (00101) Normál 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		
		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	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	
	V	Sárgarépa főz.tejmentes (friss)	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55	 	
		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Összesen:		8 043,80	1 924,35	82,39		14,99	271,15	56,72	18,34			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Szeletelt sajt	1 153,68	276,00	18,72	22,32	15,12	0,00	0,00	1,60			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58			





2022.06.23.
csütörtök

		(00101)									
		Normál szoc.otthon									
T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
E	Lebbencsleves	997,25	238,58	5,71	9,54	1,04	31,81	0,00	1,71		
	Rakott kelbimbo mirelit.	3 254,06	778,48	46,71	44,40	17,16	46,96	2,44	5,10		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,45	78,45	0,00	3,00		
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:	9 831,93	2 352,14	101,75		35,49	275,34	48,37	13,12		
		(00112)									
		Pépes szoc. otthon									
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90		
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		
	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		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		





2022.06.23.
csütörtök

		(00112)										
		Pépes										
V	Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
Összesen:		8 852,14	2 117,74	87,36		10,68	344,35	60,75	17,03			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
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			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
Összesen:		8 094,06	1 936,39	93,56		6,37	272,82	45,00	16,97			





2022.06.23.
csütörtök

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	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	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
			Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:		7 680,71	1 837,50	63,64		6,70	312,76	75,29	11,21	





2022.06.23. csütörtök	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			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	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			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:	7 759,80	1 856,41	59,89		12,39	239,80	81,27	6,01		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	





2022.06.23.
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	Zöldséglevés	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	 	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 551,74	2 045,87	83,83		7,89	325,46	78,23	12,18		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
E		Zöldséglevés	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	 	





2022.06.23.
csütörtök

2022.06.23. csütörtök	(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12				
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58				
			Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01				
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00				
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
			Összesen:	8 458,82	2 023,64	70,48		9,28	335,82	78,43	12,22				
	(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				
			Szeletelt sajt	1 153,68	276,00	18,72	22,32	15,12	0,00	0,00	1,60				
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
			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		Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46					
		Gombás csirke	1 609,63	385,08	41,69	21,19	4,94	6,36	0,66	3,22					
		Petrezselymes rizskoret 50 g	1 091,61	261,15	4,29	9,46	1,08	39,40	0,00	2,47					
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20					
U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18						





2022.06.23. csütörtök	(00130) Cukros 180 g CH szoc. otthon	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
			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:	8 827,54	1 859,81	97,92		26,65	181,79	8,23	13,54	
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	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	
			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	
			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	






















22.06.	00165	V	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Összesen:	8 482,71	2 029,36	84,03		7,89	321,76	78,23	12,17	
2022.06.24. péntek (00101) Normál 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	
			Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Brokkoli krémleves	651,98	155,98	7,29	7,99	1,84	13,46	0,60	2,05	
			Csikós tokány	1 430,57	342,24	27,41	22,18	7,05	7,72	0,66	1,99	
			Szarvacska tészta	1 620,07	387,58	13,50	7,70	1,09	65,61	0,00	1,54	
			Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	1,98	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
			Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
			Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	
			Összesen:	7 694,26	1 840,74	91,81		21,82	290,70	61,14	21,59	





2022.06.24. péntek (00112) 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	  
		Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26	
	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	1 517,13	362,95	17,71	25,04	7,66	16,02	0,19	3,46	 
		Tökfőzelék	1 460,42	349,38	8,75	15,22	3,40	43,52	0,94	1,58	 
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
		Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	 
		Összesen:	7 475,22	1 788,33	75,26		23,28	280,69	60,09	22,82	








2022.06.24.

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	
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
T	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	
	Tökfőzelék TM.	555,12	132,81	4,69	0,38	0,00	27,23	2,00	2,03	
	Kenyér, félbarna	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	26,15	0,00	1,00	 
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
	Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
	Összesen:	7 333,47	1 754,43	77,50		12,61	256,33	47,48	16,54	



























2022.06.24. péntek											
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,51	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	    
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	  
		Tökfőzelék TM.	555,12	132,81	4,69	0,38	0,00	27,23	2,00	2,03	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
	Összesen:	6 912,20	1 653,63	75,93		11,30	260,33	47,72	16,85		
(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	
		Ivóyoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	 





2022.06.24.

péntek

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	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		
		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		
		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:			6 419,59	1 535,79	56,79		13,95	163,99	67,34	6,17	
	(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	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	 	
Tökfőzelék tejmentes			518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	 	
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.06.24.
péntek

(00121) Epés szoc. otthon	V	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			
		Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	 		
		Összesen:	8 052,39	1 926,41	83,02		20,09	257,43	63,97	12,38			
	(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	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	    	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	  	
			Tökfőzelék TM.	555,12	132,81	4,69	0,38	0,00	27,23	2,00	2,03		
		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		
	Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	 			
	Összesen:	7 758,85	1 856,19	78,30		18,06	273,20	65,97	14,87				





2022.06.24.

péntek

(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	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
E	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	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
	Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
	Összesen:	8 040,59	1 608,53	82,51		24,09	185,60	10,51	13,73	





2022.06.24. péntek (00165) Sószegény 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	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					
	Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03							
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		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						
		Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49						
	Összesen:		7 835,87	1 874,61	78,02		16,49	253,93	61,47	11,93						
	R	2022.06.25. szombat (00101) Normál szoc.otthon	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						
Áfonyalekvár			310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04						
Kenyér, félbarna			1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40						





2022.06.25.
szombat

(00101) Normál szoc.otthon	T	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
		Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54			
		Finomfőzelék	1 756,17	420,14	16,81	15,90	2,38	51,48	4,83	1,85			
		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			
		Ínyenc sonka	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	2,62			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Összesen:		8 990,18	2 150,76	126,25		10,97	297,96	65,90	14,87			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
		Áfonyalekvár	310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
T		Puding	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 csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
		Szilvamártáspüré *mirelit*	1 302,38	311,57	3,90	2,58	1,54	65,83	33,07	0,34			
	Piritott dara (80 g.)	1 353,57	323,82	7,52	6,37	0,63	58,72	0,00	2,96				





2022.06.25.
szombat

(00112) Pépes szoc.	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	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	9 194,29	2 199,59	94,07		11,52	352,93	98,27	14,00		
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. ottho	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Áfonyalekvár	310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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	
			Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57	
			Szilvamártáspüré TM*mirelit*	1 190,35	284,77	3,36	0,18	0,04	65,17	32,41	0,32	
			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	
	Ínyenc sonka	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	2,62			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Összesen:	8 493,30	2 031,89	81,50		6,44	339,93	93,01	15,38			





2022.06.25.

szombat

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Áfonyalekvár	310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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 csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Szilvamártáspüré TM*mirelit*	1 190,35	284,77	3,36	0,18	0,04	65,17	32,41	0,32	
		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	
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:		7 747,94	1 853,58	74,27		10,48	290,71	93,41	13,17	





2022.06.25. 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 csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Szilvamártáspüré *mirelit*	1 302,38	311,57	3,90	2,58	1,54	65,83	33,07	0,34		
	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:			6 398,38	1 530,71	56,16		9,19	180,20	85,76	4,83		
	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		





2022.06.25. szombat	(00121) Epés szoc.otthon	R	Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	0,00			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
			Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57			
			Szilvamártáspüré TM*mirelit*	1 190,35	284,77	3,36	0,18	0,04	65,17	32,41	0,32			
			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			
			Kétféles 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	0,36	62,76	0,00	2,40			
		Összesen:	8 117,64	1 942,02	74,96		9,38	309,60	102,30	12,13				
	(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	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	0,00			
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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 csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			





2022.06.25. szombat												
(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Szilvamártáspüré TM*mirelit*	1 190,35	284,77	3,36	0,18	0,04	65,17	32,41	0,32		
		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	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		Összesen:	7 679,97	1 837,32	81,59		8,67	297,04	100,80	12,66		
(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		
		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	 	
		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. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33		
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	 	
		Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57	 	
		Szilvamártáspüré TM diab.	794,77	190,14	4,79	0,18	0,04	41,60	7,43	0,32	 	
	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			





2022.06.25. szombat	(00130) Cukros 100% CUKOR	V	Ínyenc sonka	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	2,62			
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
			Összesen:	5 395,03	1 290,68	74,15		6,51	179,74	9,49	9,73			
	(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	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	0,00			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
			Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57			
			Szilvamártáspüré *mirelit*	1 302,38	311,57	3,90	2,58	1,54	65,83	33,07	0,34			
			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			
			Kézfíres 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:	8 578,55	2 052,28	83,04		11,21	326,64	104,46	11,44			





2022.06.26.
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	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Paradicsomleves	1 138,55	272,38	6,50	9,02	0,99	40,94	12,49	1,65	 	
		Rántott szelet	2 330,46	557,52	31,97	30,64	6,02	37,80	0,00	1,95	 	
		Vegyes köret	2 244,52	536,97	9,00	20,04	2,30	78,75	0,00	1,50		
		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		
		Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
	Összesen:	11 954,16	2 859,82	98,99		30,49	328,15	58,82	15,35			
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	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		





2022.06.26.
vasárnap

(00112)	Pépes szoc. otthon	E	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	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	8 162,95	1 952,84	101,20		9,45	271,41	59,95	16,08		
(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	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	 	
			Rántott szelet	2 330,46	557,52	31,97	30,64	6,02	37,80	0,00	1,95	 	
			Vegyes köret	2 244,52	536,97	9,00	20,04	2,30	78,75	0,00	1,50		
			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		
			Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	11 420,12	2 732,06	100,04		29,70	311,13	45,40	16,88		





2022.06.26.
vasárnap

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68	
		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	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	7 747,27	1 853,39	86,68		9,45	267,77	60,16	19,21	
	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00





2022.06.26.
vasárnap

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	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 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		
		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		
		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:		8 940,97	2 138,99	92,03		25,31	232,80	94,67	9,76		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
Sajt klf. Trappista			1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94		
Csészés margarin		213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.06.26.
vasárnap

2022.06.26. vasárnap	(00121) Epés szoc.otthon	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:	9 089,27	2 174,46	114,73		24,90	271,96	48,35	15,36				
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
			Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94				
			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	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					
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						





		00122										
2022.06.26. vasárnap (00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	V	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		
	R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	 	
	E	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89	 	
		Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60	 	
		Burgonyapüré	932,88	223,18	6,13	3,40	1,51	41,17	0,02	1,38	 	
	U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48		
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
		Összesen:	8 124,47	1 628,57	97,94		28,47	183,93	1,73	15,30		





2022.06.26.
vasárnap

(00165)

Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	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:		9 089,27	2 174,46	114,73		24,90	271,96	48,35	15,36		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

