



Tételes étlap 2021.06.28. - 2021.07.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.06.28. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00		
		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 Csirke halászlé	2 005,18	479,71	31,77	28,59	9,17	23,98	0,30	3,62		
		Diós-mákos kalács	4 781,07	1 143,80	30,11	47,95	11,68	147,01	49,02	1,15		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Fokhagymás sajtkrém	891,15	213,19	10,98	17,36	9,92	2,03	1,16	0,98		
		Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
		Összesen:	10 596,92	2 535,15	114,13		32,25	354,36	97,47	18,55		
(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
	Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74			
	Tejbenrizs	2 518,22	602,44	20,81	7,60	4,10	112,00	34,97	1,56			





2021.06.28.  
hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	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		
		Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
		Összesen:	6 954,84	1 663,82	87,71		11,92	312,01	83,63	16,98		
	(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	
			Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00	
			Kenyer, 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	Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74	
			Diosmetelt	3 166,44	757,52	22,44	31,77	6,81	94,56	16,98	1,61	
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		
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
		Összesen:	9 007,04	2 154,79	96,04		10,15	292,15	78,21	12,32		





2021.06.28.  
hétfő

		(00115)											
		Folyékony pépes szoc.otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02				
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
	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	Húsgaluskaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47	  	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Sárgarépa főz. diab.*mirelitből	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	  		
	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			
Tej 2 dl.		405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27				
Összesen:		6 504,30	1 556,05	52,63		10,45	175,34	84,02	6,73				
R	(00121)		Epés szoc.otthon										
	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				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74	     			





2021.06.28.  
hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	E	Rizsfelfújt	2 485,19	594,54	17,81	8,98	3,74	109,69	20,50	0,44						
		Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00						
	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:	9 142,76	2 187,25	86,74		11,52	353,09	106,65	9,93						
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
			Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61					
			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		Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74						
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21						
		Sárgarépa főzelék *mirelitből	553,26	132,36	4,07	0,49	0,06	27,33	3,00	2,50						
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08						
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49						
	Összesen:	7 214,45	1 725,94	92,88		12,51	217,60	51,13	12,17							





2021.06.28.

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				
	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	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28			
	E	Húsgaluskaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47			
		Diab.rizsfelfujt	1 348,62	322,63	12,29	7,53	3,21	51,23	0,02	0,29			
		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			
		Fokhagymás sajtkrém	891,15	213,19	10,98	17,36	9,92	2,03	1,16	0,98			
Zsemle, vizes		1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16				
Összesen:		7 589,21	1 563,54	76,84		19,75	179,31	8,75	9,21				





2021.06.28.

hétfő

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Húsgaluskaleves	842,17	201,47	14,21	10,38	2,28	12,39	0,00	3,47	
		Diab. tejbenrizs	1 129,59	270,24	10,80	3,15	1,66	49,35	0,00	0,77	
	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	
Tej 2 dl.		405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
Darált csirkemell rolád		615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		





2021.06.28.

hétfő

(00143)

Epés, húsmentes

00139

V	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	Összesen:	6 885,49	1 395,19	87,15		16,58	187,93	1,85	10,87		
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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    	
	Rizsfelfujt	2 485,19	594,54	17,81	8,98	3,74	109,69	20,50	0,44	   	
	Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00		
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		
	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:	8 695,39	2 080,23	55,54		11,03	385,30	124,67	7,39		





2021.06.28. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon											
R	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		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Húsgaluskaleves	1 016,84	243,26	17,79	11,30	2,62	17,09	0,05	2,74		
	Rizsfelfújt	2 485,19	594,54	17,81	8,98	3,74	109,69	20,50	0,44		
	Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	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		
	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
	Összesen:	9 663,36	2 311,80	100,08		21,83	341,86	105,61	10,23		
2021.06.29. kedd (00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Minitutella	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	0,00	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	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53		







2021.06.29.  
kedd

(00101) Normál szoc.otthon	E	Sült kolbász	2 006,41	480,00	16,25	46,37	16,99	1,25	0,25	2,25			
		Sárgaborsófőzelék	2 232,41	534,07	26,60	15,02	1,83	72,49	0,00	1,70			
		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			
		Húsos pirog	2 905,91	695,19	34,37	25,80	7,46	80,96	0,23	2,03			
		Összesen:	10 854,78	2 596,83	107,57		29,28	314,76	31,30	10,89			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
			Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
			Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40		
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			
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51			
		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			
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38			
	Összesen:	8 965,92	2 144,95	102,07		18,19	294,55	46,28	15,18				





2021.06.29.

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	
		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	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	 
	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	    
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		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	
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38	
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
		Összesen:	8 408,48	2 011,60	87,14		14,46	282,00	61,27	16,83	
	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00





2021.06.29.

kedd

(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		
	T	Gyümölcslé 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		
		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		
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38		
		Összesen:	6 856,00	1 640,20	77,33		15,97	215,33	43,39	7,61		
	(00121) Epés 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		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		
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
		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		





2021.06.29.

kedd

(00122)

Epés pépes szoc. otthon

00121

V	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38	
	Összesen:	8 304,51	1 986,73	83,61		15,96	266,39	63,74	12,61	
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	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	
	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	
	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38	
	Összesen:	8 093,54	1 936,26	81,33		15,72	270,13	63,94	12,53	





2021.06.29.

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			
	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	Paradicsomleves diab.	613,69	146,82	4,50	5,53	0,60	19,59	0,00	2,61		
		Bajorrostélyos diab.	2 088,95	499,75	28,22	23,55	7,24	42,23	1,32	4,23		
		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		
		Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38		
Összesen:		6 831,48	1 382,28	81,03		17,62	189,40	1,39	11,58			





2021.06.29.

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			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00			
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06		
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			
	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38			
Összesen:		6 798,02	1 437,29	87,87		17,20	188,80	1,28	11,57			
(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		





2021.06.29.  
kedd

(00143) Epés, húsmentes	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					
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09					
		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					
		Pásztor pite *húsmentes	1 971,49	471,65	13,06	20,04	8,48	58,69	0,07	2,66					
	Összesen:		7 060,18	1 689,04	40,42		13,17	259,65	63,74	9,78					
	(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				
			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					
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20					
		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					
	Pásztor pite	2 437,98	583,25	30,87	23,08	8,07	61,81	0,07	2,38						





21.06.	00165	V	Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40			
			Összesen:	8 868,84	2 121,74	94,13		18,40	279,99	63,74	15,40			
2021.06.30. szerda	(00101) Normál szoc.otthon	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			
			Graham kenyér	2 019,00	483,02	21,50	3,17	0,84	85,17	1,29	2,24			
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Paradicsomleves	1 138,55	272,38	6,50	9,02	0,99	40,94	12,49	1,65			
			Rántott csirkecomb	2 360,64	564,75	54,28	24,92	4,66	30,17	0,00	3,54			
			Petrezselymes rizs	1 840,64	440,34	7,40	14,21	1,64	70,19	0,00	1,98			
			Vegyes friss saláta	184,90	44,24	1,19	0,15	0,02	9,09	5,00	2,21			
		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			
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
			Összesen:	11 766,37	2 814,91	122,00		24,36	347,93	64,18	16,85			







2021.06.30. szerda (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36			
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15			
		Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00			
		Összesen:	7 390,87	1 768,14	69,36		16,92	247,14	51,26	13,55			





2021.06.30.

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			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Graham kenyér	1 615,20	386,41	17,20	2,53	0,67	68,14	1,03	1,79			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36		
	E	Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31		
		Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	Összesen:		7 872,00	1 883,24	85,77		17,09	243,51	46,43	14,41		





2021.06.30.  
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	
	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	Tarhonyaleves diétás	684,49	163,75	3,93	5,23	0,61	24,70	0,00	2,73	
	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
	Tehéntúró félzsíros	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:	7 239,12	1 731,84	68,41		13,53	199,93	71,75	6,01	

(00121)  
Epés szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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	
	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36	





2021.06.30.  
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	E	Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31		
		Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	8 614,02	2 060,77	103,16		26,08	242,76	52,76	15,66		
	(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	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36		
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	8 502,07	2 033,98	91,98		26,03	260,62	47,76	15,50			





2021.06.30.

szerda

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

<b>R</b>	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Graham zsemle	1 207,60	288,90	10,37	2,39	0,78	51,39	0,61	1,13			
	<b>T</b>	Keserü 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		
		Graham zsemle	603,80	144,45	5,19	1,20	0,39	25,70	0,31	0,57		
	<b>E</b>	Tarhonyaleves diétás	684,49	163,75	3,93	5,23	0,61	24,70	0,00	2,73		
		Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31		
		Finom főz. diab. *mirelitből*	1 064,54	254,68	10,53	8,85	1,29	32,51	0,00	2,36		
	<b>U</b>	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	<b>V</b>	Keserü 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		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			







2021.06.30.  
szerda

		00130									
Cukros pépes szoc. otthon (00139)	V	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
		Összesen:	8 586,79	2 054,27	82,76		23,26	178,97	8,51	12,43	
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	E	Tarhonyaleves diétás	342,25	81,88	1,97	2,62	0,31	12,35	0,00	1,37	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Összesen:	6 754,30	1 363,81	63,53		13,71	173,99	7,97	11,00	





2021.06.30. szerda	(00143) Epés, húsmentes	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	
			Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36	  
			Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	
			Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			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:	8 588,69	2 054,71	80,52		24,91	257,12	57,06	11,91		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tojáskrém	485,08	116,04	6,13	9,17	2,41	1,03	0,00	1,27	  
			Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Tarhonyaleves diétás	912,80	218,37	5,60	6,46	0,76	33,73	0,00	3,36	  


































2021.06.30. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon		E	Grill csirkecomb	1 114,79	266,70	31,35	15,23	2,81	0,75	0,00	3,31	
			Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	   
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
			Összesen:	7 537,64	1 803,25	86,79		12,35	239,14	51,26	15,73	
2021.07.01. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon		R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	   
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 
			Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		E	Zöldbableves *mirelitből	808,03	193,31	7,34	5,99	0,67	27,02	0,00	3,16	  
			Csülökpörkölt	2 731,06	653,36	28,64	56,26	18,34	7,30	0,00	3,34	
			Sós burgonya	1 117,05	267,24	7,13	0,57	0,07	57,00	0,00	2,88	
			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	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 







2021.07.01. csütörtök	(00101) Normál otthon	V	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18	
			Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	 
			Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
			Összesen:	10 209,51	2 190,40	87,45		29,08	305,31	61,83	19,44	
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Daráltvirsl	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	     
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 
		T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	       
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	   
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
			Őszibarack befőtt	256,92	61,46	0,35	0,00	0,00	14,84	9,80	0,00	
		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	0,00	62,76	0,00	2,40	 
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	  
			Összesen:	9 360,34	2 239,31	91,18		14,71	359,36	86,27	20,68	





2021.07.01.  
csütörtök

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

<b>R</b>	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
<b>T</b>	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
<b>E</b>	Karalábéleves	583,52	139,60	3,65	6,57	0,80	16,20	0,00	2,08	
	Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13	
	Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
	Őszibarack befőtt	293,63	70,25	0,40	0,00	0,00	16,96	11,20	0,00	
<b>V</b>	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:	9 990,52	2 390,08	76,22		31,87	291,13	57,18	17,70	





2021.07.01. 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					
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08					
		Tehéntúró félzsiros	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10					
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08					
	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					
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00					
		Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46					
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18					
Összesen:		7 604,78	1 819,32	72,67		22,80	194,03	55,73	7,86						
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					
		Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08					





































2021.07.01.  
csütörtök

Epés szoc.otthon (00121)	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
		Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00		
	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		
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	11 211,93	2 682,27	86,25		33,74	351,07	60,77	18,26		
	Epés pépes szoc. otthon (00122)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
E		Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





		2021.07.01. csütörtök										
(00122) Epés	V	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:	9 430,80	2 256,16	89,93		15,25	361,69	60,80	18,56		
(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		
		Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	    	
		Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
		Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	E	Karalábéleves diab.	464,61	111,15	2,39	6,24	0,75	11,13	0,00	2,01	     	
		Sertés vetrece	1 330,60	318,32	25,09	19,72	4,98	9,70	0,33	2,76	    	
		Diab.tészta koret (szarvacska)	1 173,61	280,77	9,00	7,61	1,01	43,74	0,00	1,85	 	
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
	U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	 	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	   	





2021.07.01. csütörtök	00130	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
			Összesen:	6 796,67	1 499,97	80,87		17,99	183,18	3,85	15,10		
	00139	R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Daráltvirsl	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
		T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		E	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98		
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
			Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78		
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
		U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24		
	Zsemle, vizes		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
			Összesen:	7 657,99	1 832,07	80,78		18,86	190,28	9,61	16,07		





2021.07.01.  
csütörtök

(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
		Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09			
		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			
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	8 442,88	2 019,82	53,55		9,71	368,74	80,81	11,13			
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			





2021.07.01. csütörtök (00165) Sószegény szoc. otthon	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
		Köményes sertéssült	2 801,69	670,26	17,56	64,50	21,59	4,07	0,00	3,13		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Csészes margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	11 532,95	2 759,07	80,42		34,89	366,38	76,62	16,28		
2021.07.02. péntek (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	0,40		
		Túrós batyu	2 100,00	502,40	17,20	9,60	0,00	82,60	0,00	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Gombaleves	950,96	227,50	10,28	7,37	0,98	29,57	0,00	2,58		
		Bolognai spagetti	2 831,27	677,34	37,37	24,28	7,40	76,49	0,00	3,03		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tepertő	2 678,59	640,81	9,68	66,56	24,56	0,00	0,00	0,00			







2021.07.02.

péntek

(00112)

Pépes szoc. otthon

00101

<b>V</b>	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
	Összesen:	11 839,65	2 832,46	99,98		36,38	339,46	60,96	7,68		
<b>R</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64		
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
<b>E</b>	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
	Tejfölös burgonya főzelék	1 370,29	327,82	7,32	10,39	2,40	50,06	0,66	2,70		
<b>V</b>	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		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	11 560,92	2 765,76	107,88		33,09	334,60	71,94	16,06		





2021.07.02.

péntek

(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			
	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	1 621,62	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	Csurgatott tészta leves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29	
			Natur szelet	1 161,27	277,82	22,35	17,48	3,94	7,44	0,00	3,16	
			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	
			Tepertő	2 678,59	640,81	9,68	66,56	24,56	0,00	0,00	0,00	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:		9 684,85	2 316,95	71,02		30,40	280,56	61,29	14,54	





2021.07.02.  
péntek

		(00115)														
		Folyékony pépes szoc.otthon														
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00							
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27							
	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	Csurgatott tésztaleves	589,26	140,97	4,66	6,30	0,84	16,06	0,00	2,61						
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19						
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67						
	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	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10						
Gyümölcs joghurt		386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08							
Összesen:		6 159,55	1 473,57	65,43		11,21	213,58	76,56	6,17							
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00							
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01							
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00							
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54							
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		(00121)	Epés szoc.otthon													





2021.07.02. péntek		(00121) Epés szoc.otthon										
(00121) Epés szoc.otthon	E	Csurgatott tésztalevés	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
		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		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		7 046,01	1 685,64	68,23		11,18	271,83	66,35	12,52		
(00122) Epés pépes 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		
		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		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Csurgatott tésztalevés	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
		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		





2021.07.02. péntek	00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	7 336,25	1 755,07	68,38		11,83	284,34	66,59	13,03	
	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	
			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	
		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	Csurgatott tésztaleves	589,26	140,97	4,66	6,30	0,84	16,06	0,00	2,61	
			Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96	
			Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67	
		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	
			Tepertő	2 678,59	640,81	9,68	66,56	24,56	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	10 079,04	2 411,27	78,88		41,71	187,94	9,08	14,49		





2021.07.02.  
péntek

(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	
		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	Csurgatott tésztaleves	589,26	140,97	4,66	6,30	0,84	16,06	0,00	2,61	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67	
	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		
	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	Összesen:	7 590,34	1 626,83	74,43		22,06	178,19	10,31	14,81		
(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	

















2021.07.02.  
péntek

(00143) Epés, húsmentes	R	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
		Rántott karfiol	576,00	137,80	2,16	6,30	0,00	17,10	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		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	6 823,17	1 632,33	45,19		7,72	288,45	66,35	9,52		
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Madárka, szezámmagos	1 800,74	430,80	12,34	6,36	3,36	72,32	12,54	1,18		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Csurgatott tésztaleves	672,40	160,86	5,40	6,83	0,95	19,05	0,00	3,29		
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
		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		





2021.07.02	(00165) Sószegény	V	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	7 483,46	1 790,29	78,15		15,62	272,16	61,10	12,55		
2021.07.03. szombat	(00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Sajt, gouda	1 194,82	0,00	19,95	21,95	12,29	1,78	0,00	1,64	 	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Burgonyaleves tárkonyos	1 087,27	260,11	5,34	10,23	1,89	35,74	0,40	1,59	  	
			Baconbe göngyölt csirkemáj	2 228,27	533,08	38,04	39,83	14,63	5,37	0,36	3,82		
			Finomfőzelék	1 756,17	420,14	16,81	15,90	2,38	51,48	4,83	1,85	 	
			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		
			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	 	
			Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
	Összesen:	11 542,86	2 475,61	124,53		36,33	319,09	52,53	15,82				







2021.07.03. szombat (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15	
		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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,46	11,30	0,00	3,53	
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	7 684,14	1 838,31	94,07		10,01	269,40	49,70	17,35	





2021.07.03.

szombat

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

<b>R</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
<b>T</b>	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
<b>E</b>	Raguleves diétás	971,58	232,44	15,53	9,66	1,60	20,36	0,00	3,21	
	Szilvas gomboc *mirelit*	3 075,76	735,83	16,47	10,76	1,06	137,50	19,98	1,96	
<b>V</b>	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	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00	
	Összesen:	8 962,35	2 144,11	83,09		7,37	338,48	65,30	13,97	





2021.07.03. szombat	(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	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	
			Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	7 624,24	1 823,98	70,31		20,52	194,61	79,99	7,27		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kéfires túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
			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	





2021.07.03.  
szombat

Epés szoc.otthon (00121)	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41			
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20			
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	7 569,46	1 810,88	90,37		12,54	245,67	53,74	15,05			
	Epés pépes szoc. otthon (00122)	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kétfíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
			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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
Z.babpürefőzelék *mirelitből			497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	7 190,97	1 720,33	87,63		10,16	248,15	51,20	14,26				





2021.07.03.

szombat

(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		
	Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15		
	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	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,46	11,30	0,00	3,53	
		Zöldbabfőz. diab. *mir.-ből*	898,79	215,02	7,04	10,50	2,35	22,47	0,66	2,49	
	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	





2021.07.03.  
szombat

		00130									
Cukros pépes szoc. otthon (00139)	V	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00	
		Összesen:	6 714,51	1 354,30	83,16		15,44	181,07	6,49	14,73	
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15	
		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	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Vagdalt (Stefánia)	1 067,28	255,33	21,35	13,72	3,46	11,30	0,00	3,53	
		Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
	U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 646,46	1 829,32	92,69		15,32	181,89	13,02	13,58	





2021.07.03. szombat												
Epés, húsmentes (00143)	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07		
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	7 273,71	1 740,12	57,43		8,87	285,83	68,99	10,17			
Sószegegy szoc. otthon (00165)	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		





2021.07.03. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon											
E	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
	Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
	Összesen:	7 607,26	1 819,92	91,09		12,54	246,99	53,74	15,05		
2021.07.04. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	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	Orjaleves	781,80	187,03	7,29	12,10	1,81	11,93	0,00	2,13		
	Töltött káposzta	2 103,31	503,18	30,20	22,37	8,80	43,91	0,66	6,24		
	Kenyér, félbarna	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Fokhagymás felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		







2021.07.04.  
vasárnap

00101	V	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67	
		Összesen:	8 941,84	2 139,19	80,06		24,26	267,51	48,03	14,58	
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		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	
		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	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	8 753,25	2 094,08	96,85		12,86	315,64	60,03	15,66	





2021.07.04.  
vasárnap

(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				
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00				
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 			
	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	     	
			Gombás sertés szelet (diétás)	1 233,08	294,99	25,19	17,60	3,96	8,60	0,00	2,68		
			Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47		
		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			
		Fokhagymás felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02			
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
		Összesen:	9 477,51	2 267,34	75,72		19,20	306,99	60,00	14,50			





2021.07.04.  
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	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02	
	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	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 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	
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	478,19	114,40	12,96	5,60	3,76	2,96	2,96	0,10	
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
	Összesen:	7 283,06	1 742,37	60,78		14,26	211,25	88,26	6,09	





2021.07.04.  
vasárnap

(00121)  
Epés szoc.otthon

(00122)  
Epés pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Fűszeres sertéscsíkok	1 446,98	346,17	33,43	21,97	5,57	3,63	0,00	1,87		
		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		
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		10 708,23	2 561,78	95,71		18,56	325,81	69,47	14,36		
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
E		Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		





2021.07.04.  
vasárnap

		(00122)									
		Epés pépes szoc. otthon									
E	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
	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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:		9 893,18	2 366,79	95,60		15,09	308,02	54,47	13,85	
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	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	
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Zöldfűszeres sült csirkecomb	1 310,27	313,46	32,35	13,38	3,03	2,72	1,27	1,54	
		Parolt rizskoret 50 g.	899,29	215,14	4,00	4,79	0,56	38,75	0,00	0,99	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	





2021.07.04.  
vasárnap

		(00130)									
		Cukros 180 g CH									
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		
	Fokhagymás felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02		
	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		
	Összesen:	7 443,13	1 591,62	79,26		19,61	178,78	3,36	8,59		
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
	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	Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80		
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		





2021.07.04.  
vasárnap

		(00139)										
		Cukros pépes										
V	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			
	Összesen:	7 922,22	1 706,24	94,00		17,44	183,88	7,62	11,23			
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			
	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		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:	9 266,14	2 216,78	71,14		21,92	337,32	78,88	12,66		





2021.07.04.  
vasárnap

(00165)  
Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
		Zöldfűszeres sült csirkecomb	1 310,27	313,46	32,35	13,38	3,03	2,72	1,27	1,54		
		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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		10 031,47	2 399,87	84,23		11,00	324,02	70,34	12,27		

.....  
élelmezésvezet

.....  
intézményvezet

.....  
érdekképviseleti fórum

