



Tételes étlap 2021.07.05. - 2021.07.11.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.07.05. 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			
	Búrkifli, mákos	2 677,28	640,50	13,16	20,38	9,86	79,20	33,96	0,62			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E Zúzaleves	1 080,98	258,61	20,47	8,56	1,53	24,41	0,00	2,42			
	Káposztás kocka	2 310,09	552,65	16,72	17,39	2,19	81,13	4,00	3,57			
	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			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00			
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
	Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21			
	Összesen:		11 301,89	2 703,81	77,06		19,42	368,19	129,64	10,22		





2021.07.05.

hétfő

(00112)

Pépes 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		
	Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98		
	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
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
		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	
		Derby tömlősajt 27%Áfa	790,65	189,15	2,75	19,25	11,45	1,00	0,00	0,59	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Összesen:	8 587,26	2 054,37	68,11		20,34	266,64	78,88	13,63	





2021.07.05.

hétfő

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22				
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
			Majorannás aprópecsenye*L.É.	1 393,36	333,34	25,28	25,23	5,23	0,89	0,00	1,24		
	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			
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
		Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
	Összesen:		7 586,26	1 814,90	78,73		14,96	233,15	51,47	15,56			





2021.07.05. hétfő											
(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Sárgarépa főzelék *mirelitből	553,26	132,36	4,07	0,49	0,06	27,33	3,00	2,50	
		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	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
	Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21		
	Összesen:	6 809,27	1 629,01	56,78		9,17	204,64	67,12	7,40		
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.07.05.

hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82			
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21			
		Összesen:	9 787,49	2 341,50	79,90		14,01	253,06	67,63	12,42			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31			
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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				





2021.07.05.
hétfő

00122	V	Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Összesen:	8 514,15	2 036,87	79,80		12,80	264,11	61,19	15,95	
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Grissini	1 577,22	377,33	8,99	10,50	5,67	47,82	4,82	2,78	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	
		Grissini	525,74	125,78	3,00	3,50	1,89	15,94	1,61	0,93	
	E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
		Sertés tokány	1 318,57	315,45	26,32	20,89	5,65	5,09	0,50	3,23	
		Tarhonya koret diab.	1 129,68	270,26	7,59	10,07	1,26	37,00	0,00	2,97	
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Csészes margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	





2021.07.05.
hétfő

00130	V	Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Összesen:	9 366,41	2 051,75	71,42		24,30	180,04	21,17	15,68	
(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98	
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
		Sárgarépa főz. diab.*mirelit böll	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	
	U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Összesen:	7 398,60	1 770,01	75,62		15,82	185,00	10,46	15,13	





2021.07.05.
hétfő

(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Összesen:	8 997,15	2 152,42	46,82		11,02	252,62	67,23	9,45	
	(00165) Sószegegy 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	
		Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	





2021.07.05. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon		T	E	V	Összesen:					
	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
	Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
	Sárgarépafozelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53	
	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	
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
	Összesen:	7 920,84	1 894,94	82,40		12,12	271,87	68,46	12,43	
2021.07.06. kedd (00101) Normál szoc.otthon		R	E	T	V					
	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
	Görögdinnye	325,26	77,81	1,25	0,50	0,00	16,25	0,00	0,03	
	Májgaluska leves	1 016,57	243,20	10,41	10,60	1,57	25,71	0,29	3,92	
	Tavaszi rizseshús	2 985,82	714,31	27,41	35,74	5,86	69,83	0,00	1,64	
	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.07.06. kedd	00101	V	Lángos házi	4 704,47	1 125,47	27,45	69,72	17,19	95,35	4,42	2,04			
			Összesen:	12 847,35	3 073,53	90,14		35,59	336,50	65,35	12,51			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		T	Görögdinnye	325,26	77,81	1,25	0,50	0,00	16,25	0,00	0,03			
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	18,24	0,00	3,08			
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
			Cukkínis sárgarépa főzelék	1 015,10	242,85	6,21	10,26	1,10	30,81	0,00	2,17			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Köleskása, kókuszos	2 989,18	320,86	9,82	45,08	38,45	74,24	25,76	0,67			
			Összesen:	9 811,57	1 953,00	79,59		46,93	260,44	78,70	9,03			











2021.07.06.
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			
		Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08			
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	18,24	0,00	3,08			
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08			
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Lángos házi*tejmentes	3 766,97	892,83	17,58	51,54	5,73	90,66	1,91	1,39			
		Összesen:	10 440,95	2 489,47	97,74		19,86	282,67	46,91	15,95			
(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			
	E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,98	17,04	0,00	3,08			
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19			





		2021.07.06. kedd										
(00115) Folyékony	E	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		
		Köleskása, kókuszos	2 989,18	320,86	9,82	45,08	38,45	74,24	25,76	0,67		
		Összesen:	7 718,83	1 452,36	63,29		46,65	242,35	85,28	6,52		
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Görögdinnye	325,26	77,81	1,25	0,50	0,00	16,25	0,00	0,03		
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	18,24	0,00	3,08	  	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Petrezselymes fasírt	1 824,02	436,37	24,50	29,86	5,41	16,86	0,00	3,73	  	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	9 593,69	2 295,13	106,54		12,70	305,68	85,38	15,68		





2021.07.06.

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					
	Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00					
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12					
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Görögdinnye	325,26	77,81	1,25	0,50	0,00	16,25	0,00	0,03				
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	18,24	0,00	3,08			
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
			Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Petrezselymes fasírt	1 824,02	436,37	24,50	29,86	5,41	16,86	0,00	3,73			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:		9 308,55	2 226,91	102,37		11,91	305,64	85,38	13,96			





2021.07.06.

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			
	Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	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		
		Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,02		
	E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,98	17,04	0,00	3,08		
		Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54		
		Cukkínis sárgarépa főzelék	1 120,84	268,14	7,94	11,01	1,51	33,67	0,00	2,53		
	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Petrezselymes fasírt	1 824,02	436,37	24,50	29,86	5,41	16,86	0,00	3,73		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	8 937,27	1 886,06	126,70		23,09	181,48	1,13	20,06		





2021.07.06. kedd	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Görögdinnye	195,16	46,69	0,75	0,30	0,00	9,75	0,00	0,02	
		E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,98	17,04	0,00	3,08	  
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
			Cukkínis sárgarépa főzelék	1 015,10	242,85	6,21	10,26	1,10	30,81	0,00	2,17	 
		U	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Petrezselymes fasírt	1 824,02	436,37	24,50	29,86	5,41	16,86	0,00	3,73	  	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		Összesen:	7 069,86	1 691,37	95,76		11,19	184,43	2,26	12,71		
	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	























2021.07.06.
kedd

(00143) Epés, húsmentes	R	Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Túrófasírt	1 596,58	381,95	25,52	20,66	7,55	23,12	4,63	1,51	
		Cukkínis s.répa főzelék tejm.	966,64	231,25	5,71	10,22	1,10	28,51	0,00	2,56	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Köleskása, kókuszos	2 989,18	320,86	9,82	45,08	38,45	74,24	25,76	0,67	
		Összesen:	9 699,28	1 926,14	59,22		49,64	322,10	128,27	8,87	
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,98	18,24	0,00	3,08	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	





2021.07.06. kedd											
(00165) Sószegény szoc. otthon											
E	Cukkínis sárgarépa főzelék	1 120,84	268,14	7,94	11,01	1,51	33,67	0,00	2,53	  	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Köleskása, kókuszos	2 989,18	320,86	9,82	45,08	38,45	74,24	25,76	0,67		
	Összesen:	10 198,03	2 045,45	89,09		47,32	330,33	109,64	11,37		
<hr/>											
2021.07.07. szerda											
(00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Karalábéleves	549,41	131,44	2,32	9,26	1,09	9,42	0,00	1,72	      	
	Sertés pörkölt	1 310,10	313,42	28,11	19,96	4,81	4,91	0,00	2,26		
	Burgonyafőzelék	1 720,84	411,68	8,60	14,62	1,64	60,10	0,00	1,82	 	
	Tönköly kenyér	66,67	15,95	5,83	1,35	0,43	28,13	0,21	3,86		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Ínyenc sonka	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	2,62	  	
	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
	Összesen:	8 610,31	2 059,87	106,41		18,76	280,16	52,41	16,65		





2021.07.07.

szerda

(00112)

Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
	Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:		8 498,18	2 033,05	96,53		15,17	319,44	66,91	16,74		





2021.07.07.

szerda

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00				
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	 	
			Natur szelet	1 161,27	277,82	22,35	17,48	3,94	7,44	0,00	3,16		
			Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20		
	Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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	0,00	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:		8 803,50	2 106,10	78,51		9,47	330,29	79,50	13,95			





2021.07.07.

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		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	
	V	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
		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	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
Összesen:		7 093,45	1 696,99	56,52		12,70	210,67	85,77	6,36		
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		

(00121)

Epés szoc.otthon





2021.07.07.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	R	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
		Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20			
		Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20			
		Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	9 552,62	2 285,32	92,25		16,82	326,37	70,64	13,41			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			





2021.07.07.

szerda

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

(00122)

Epés pépes szoc.
otthon

E	Őszibarack befőtt	550,55	131,71	0,75	0,00	0,00	31,80	21,00	0,01	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:	8 582,92	2 053,32	94,55			13,44	316,92	73,97	13,34
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99	
	Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20	
	Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53	
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Ínyenc sonka	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	2,62	





2021.07.07.
szerda

(00130) Cukros 100 ~ 100	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
		Összesen:	7 187,32	1 467,39	90,26		20,41	181,88	6,07	15,18		
	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
			Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
		U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Darált pulykafelv.	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00	
Zsemle, vizes	1 090,23		260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Összesen:	5 921,58	1 416,66	81,68		15,10	181,56	7,13	9,66			





2021.07.07. szerda	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03	
			Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20	
			Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	10 776,48	2 578,10	90,95		31,55	340,29	72,00	12,93		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	





2021.07.07. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20			
	Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20			
	Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:	9 576,22	2 290,97	92,69		16,83	327,42	70,64	13,41			
2021.07.08. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Vajkrém ízesített 27%	0,00	7,98	0,08	0,77	0,49	0,17	0,07	0,05		
		Madárka, sajtos	1 770,64	423,60	13,70	7,86	4,90	66,24	11,50	1,20		
	T	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
	E	Daragaluska leves	989,26	236,67	6,53	10,46	1,26	28,60	0,00	2,84		
		Lecsó friss z.paprika,paradic	2 870,33	686,68	22,94	49,94	19,25	20,98	0,40	5,28		
		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		
		Májpástétom	715,21	171,10	13,12	10,96	4,40	3,65	0,00	0,65		
















2021.07.08. csütörtök	(00101) Normál otthon	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
			Összesen:	9 817,77	2 301,44	83,15		32,23	285,27	57,79	13,41		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
			Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96		
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
			Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Májpástétom	715,21	171,10	13,12	10,96	4,40	3,65	0,00	0,65		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	8 704,30	2 082,36	92,50		15,44	323,17	77,73	12,75		





2021.07.08.
csütörtök

(00113)
Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	   	
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19		
	Vegyes gyümölcs mártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Májpástétom	715,21	171,10	13,12	10,96	4,40	3,65	0,00	0,65		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
	Összesen:	9 149,61	2 133,61	87,60		16,51	310,05	74,17	13,57		









2021.07.08. 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	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
		E	Csirkebecsinált leves	1 461,74	349,70	20,74	24,01	6,62	12,58	0,00	3,30	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Öszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	9 020,89	2 158,11	82,62		26,49	225,56	88,55	5,89		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	





2021.07.08.
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	R	Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00					
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07					
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19					
		Vegyes gyümölcsmártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39					
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Kétfíres 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:	8 822,50	2 055,36	89,65		13,58	312,80	80,37	12,98						
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07					
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36					
		Vegyes gyümölcsmártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39					





2021.07.08.
csütörtök

		(00122)											
Epés pépes szoc. otthon	E	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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:	8 820,09	2 110,07	93,15		14,27	312,90	80,37	12,17			
Cukros 180 g CH szoc.otthon (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	270,86	64,80	1,50	6,00	3,90	1,20	0,75	0,27			
		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	Csirkebecsinált leves	1 461,74	349,70	20,74	24,01	6,62	12,58	0,00	3,30			
		Diab.turos metelt	2 191,74	524,34	26,55	24,32	9,88	49,09	5,35	2,52			
	U	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00			
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Májpástétom	715,21	171,10	13,12	10,96	4,40	3,65	0,00	0,65			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			





2021.07.08.
csütörtök

		00130									
Cukros pépes szoc. otthon (00139)	V	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
		Összesen:	8 461,55	1 779,97	86,12		28,29	182,86	13,67	8,97	
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		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	
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Vegyes gyümölcsmártás diab.	687,36	164,44	1,79	1,21	0,05	33,90	9,29	0,39	
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Összesen:	7 444,54	1 591,96	71,02		17,19	183,43	21,58	9,24	





2021.07.08.
csütörtök

(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
		Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07		
		Vegyes gyümölcs mártás	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		
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		7 965,25	1 905,56	52,92		9,77	319,44	96,22	7,85			
(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		
		Csészes margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96		
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		





2021.07.08. csütörtök (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19			
	Vegyes gyümölcs mártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39			
	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
	Összesen:		9 018,59	2 157,55	89,15		16,24	323,82	83,93	13,21		
2021.07.09. péntek (00101) Normál szoc. otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Sült kolbász	1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13			
	Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72			
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Betyár zöldbabgulyás	1 289,98	308,61	20,20	11,62	3,15	30,20	0,66	4,18			
	Szilvásgombóc	2 028,32	485,24	14,02	1,24	0,00	99,94	0,00	0,53			
	Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			





2021.07.09. péntek	(00101) Normál otthon	V	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	7 960,92	1 904,52	81,83		15,39	340,72	68,74	19,40		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
			Graham kenyér	2 019,00	483,02	21,50	3,17	0,84	85,17	1,29	2,24		
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05		
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
			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		
			Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	8 496,10	2 032,55	94,68		18,36	289,80	54,20	16,76		





2021.07.09.

péntek

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Sült kolbász	1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13	
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
	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	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
	Összesen:	8 936,62	2 137,93	91,86		24,40	260,31	49,03	16,19	





2021.07.09. péntek	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Fin.foz.pure (Mir.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14		
		Tehéntúró félzsiros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
		Összesen:	5 750,70	1 375,76	57,10		18,13	179,93	72,72	5,55		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.07.09.
péntek

(00121) Epés szoc.otthon	R	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	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05		
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	7 888,76	1 887,26	83,51		18,21	272,63	55,84	14,31		
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
		Graham kenyér	2 019,00	483,02	21,50	3,17	0,84	85,17	1,29	2,24		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05		
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.07.09.
péntek

(00122) Epés pépés szoc.otthon	V	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			
		Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49			
		Összesen:	10 725,32	2 565,86	116,97		31,25	284,78	59,44	17,13			
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Sült kolbász	1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13		
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
		E	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51		
			Rakott karfiol *mirelit*	2 086,80	499,23	28,72	25,28	8,26	38,37	1,98	4,24		
		U	Korpvit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02		
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			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		





2021.07.09.
péntek

00130	V	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	8 325,90	1 739,78	79,49		23,74	186,17	12,31	13,20	
(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
		Zsemle, vizes	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	
		Korpovit keksz	10,60	2,54	0,09	0,08	0,01	0,36	0,04	0,01	
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
		Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	
	U	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	
		Összesen:	7 561,42	1 808,96	79,13		20,99	183,07	11,27	13,34	





2021.07.09.
péntek

(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	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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:	6 890,01	1 648,32	47,84		8,77	281,16	71,35	8,98	
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	























2021.07.09. péntek (00165) Sószegény szoc. otthon	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05		
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		Összesen:	7 839,57	1 875,49	78,18		13,36	297,17	71,46	12,27		
2021.07.10. szombat (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40		
		Teljes kiőrl. kakaós csiga	3 402,52	814,00	15,86	20,74	13,90	105,52	44,76	1,00		
	T	Napolyi szelet, kakaós	597,28	142,89	1,71	7,17	0,00	18,99	0,00	0,00		
	E	Lebbencsleves	997,25	238,58	5,71	9,54	1,04	31,81	0,00	1,71		
		Töltött paprika par.mártás	3 138,68	750,88	33,63	31,84	5,54	81,54	17,22	3,56		
		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		
	Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52			





2021.07.10. szombat	(00101) Normál	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	12 475,15	2 984,49	92,16		28,36	415,99	132,76	11,59		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40		
			Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18		
		T	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00		
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	     	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	  	
			Zöldbabfőzelékpüré *mir.*	585,74	140,13	6,67	0,69	0,00	26,36	3,00	2,47		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	  	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	8 906,97	2 130,85	86,21		17,02	322,64	96,42	15,59		





2021.07.10.
szombat

(00113)	Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75				
			Grill csirkecomb	1 204,28	288,10	37,84	14,07	2,89	2,20	0,00	2,40				
			Zöldbabfőzelék *mir.* TM.	559,69	133,90	6,53	0,69	0,00	24,94	3,00	2,47				
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
			Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
			Összesen:	7 243,83	1 732,97	90,96		14,48	225,26	49,28	16,55				
		(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	Gyümölcs joghurt			386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08				
E	Daragaluska leves			464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91				





2021.07.10. szombat												
2021.07.10. szombat	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	E	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Zöldbabfőzelékpüré *mir.*	585,74	140,13	6,67	0,69	0,00	26,36	3,00	2,47	
		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	
			Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	
			Összesen:	7 694,16	1 840,70	74,25		20,48	200,37	84,33	7,81	
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Napolyi szelet, kakaós	597,28	142,89	1,71	7,17	0,00	18,99	0,00	0,00	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	
		Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	7 898,10	1 889,49	86,28		10,54	265,64	51,80	16,44			





2021.07.10. szombat		(00122) Epés pépes szoc. otthon											
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
		Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		7 300,82	1 746,60	84,57		10,54	246,65	51,80	16,44				
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76				
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16				





2021.07.10.

szombat

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	T	Keserü 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	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39		
		Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54		
		Zöldbabfőzelék *mir*	1 212,76	290,13	7,97	15,68	1,69	28,61	0,00	1,53		
	U	Sajt klf. Trappista	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	7 934,14	1 898,13	114,64		24,91	178,81	3,88	14,75		
	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
T		Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		Korpoovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02		
E		Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91		





2021.07.10. szombat		(00139) Cukros pépes szoc. otthon											
(00143) Epés, húsmentes	E	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31			
		Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46			
		U	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
			Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Összesen:		7 123,40	1 704,17	97,04		21,05	186,66	3,52	16,73			
	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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
Burgonyakrokkett			841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07			
Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.			581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				





2021.07.10. szombat (00143)		Sószegény szoc. otthon									
V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	6 602,20	1 579,46	46,99		7,94	280,74	69,78	9,81		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40		
	Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18		
T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31		
	Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	8 540,65	2 043,21	85,63		11,96	318,11	90,64	14,72		
2021.07.11. vasárnap (00101)		Normál szoc.otthon									
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33		
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Orjaleves	543,26	129,97	4,46	6,80	0,64	12,74	0,00	2,25		





2021.07.11.
vasárnap

(00101) Normál szoc.otthon	E	Kakukkfűves csirke zöldségekke	3 252,49	778,11	53,21	59,59	8,58	6,31	0,00	4,09			
		Vajas burgonya	1 434,58	343,20	7,55	7,60	3,38	60,05	0,05	3,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Tepertőkrém	2 752,73	658,55	10,58	67,31	24,69	1,81	0,00	3,04			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	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:	12 518,99	2 994,97	114,40		42,03	255,35	46,69	19,50			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
			Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16			
		Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
	Tepertőkrém	2 752,73	658,55	10,58	67,31	24,69	1,81	0,00	3,04				





2021.07.11.
vasárnap

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	00112	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	12 265,47	2 934,31	122,57		42,73	309,76	48,68	17,70	
	00113	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16	
			Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
			Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tepertőkrém	2 752,73	658,55	10,58	67,31	24,69	1,81	0,00	3,04	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	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:	10 810,52	2 586,24	95,60		31,78	287,64	45,00	19,53	





2021.07.11. vasárnap		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon											
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
		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	Kertészleves	598,70	143,23	4,83	5,52	0,63	18,23	0,00	2,44			
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00			
		Tehéntúró félzsiros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07			
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
Összesen:		6 814,22	1 630,19	64,27		11,75	249,81	91,68	5,88				
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
	Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94				





2021.07.11.
vasárnap

(00121) Epés szoc.otthon	R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41					
		Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71					
		Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00					
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					
Összesen:		10 451,73	2 500,41	113,28		29,48	320,52	49,04	15,05						
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00					
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41					
		Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71					
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58					





2021.07.11.
vásárnap

		(00122)									
Epés pépes szoc. otthon	E	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		Összesen:	9 827,27	2 351,02	86,59		12,08	321,94	71,32	10,99	
Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Orjaleves	543,26	129,97	4,46	6,80	0,64	12,74	0,00	2,25	
		Kakukkfűves csirke zöldségekke	3 252,49	778,11	53,21	59,59	8,58	6,31	0,00	4,09	
		Vajas burgonya	1 004,21	240,24	5,29	5,32	2,36	42,04	0,04	2,10	
	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	
Zala felvágott		728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		









(00130) Cukros 100% CUKOR		2021.07.11. vasárnap									
		(00139) Cukros pépes szoc. otthon									
V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Paradicsom	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01		
	Összesen:	10 496,73	2 511,19	111,83		25,48	182,52	9,14	16,05		
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60		
E	Kertészleves	598,70	143,23	4,83	5,52	0,63	18,23	0,00	2,44		
	Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71		
	Burgonyapüré	1 081,14	258,65	7,41	5,65	2,60	43,74	0,03	2,58		
	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		





2021.07.11.
vasárnap

00139
(00143)
Epés, húsmentes

V	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Összesen:	8 025,52	1 920,00	89,44		19,22	184,02	9,02	11,12		
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	     	
	Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71	 	
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00		
	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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		
	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	Összesen:	9 722,74	2 326,01	102,88		23,56	319,64	48,64	13,29		





2021.07.11.
vasárnap

(00165)

Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
	Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71	
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
Összesen:		10 480,25	2 507,23	95,01		18,14	315,25	55,48	13,27	

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

