



Tételes étlap 2022.07.04. - 2022.07.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.07.04. hétfő	(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		
		Teljes kiőrl. kakaós csiga	3 402,52	814,00	15,86	20,74	13,90	105,52	44,76	1,00		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Zöldborsóleves	1 176,32	281,42	12,01	10,13	1,09	34,80	0,00	3,00	 	
		Bácskai rizseshús	2 799,09	669,64	32,96	26,81	5,42	73,30	0,00	4,21		
		Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	 	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	Összesen:	10 533,12	2 519,88	91,53		26,48	336,19	90,16	13,36			
(00112) 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			
	Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64			
	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	 		





2022.07.04.
hétfő

(00112)	Pépes szoc. otthon	E	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	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			
			Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
		Összesen:	8 022,16	1 919,17	81,02		12,37	307,04	68,08	15,72				
	(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		
				Májkrém 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	0,36	62,76	0,00	2,40		
			T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E			Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
			Majorannás aprópecsenye*	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			
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00					
	Összesen:	7 054,71	1 687,73	78,93		11,88	232,61	51,47	15,36					





2022.07.04.

hétfő

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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	0,36	62,76	0,00	2,40	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
	Vagdalt (normál)	1 188,72	284,38	22,06	13,60	3,46	18,08	0,00	3,41	
	Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	7 006,25	1 676,13	75,23		11,01	248,60	51,47	17,53	





2022.07.04.

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		
	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	
		Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	
Összesen:		5 470,79	1 308,80	52,99		9,50	194,22	73,39	6,68		
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		

(00121)

Epés szoc.otthon





2022.07.04.
hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	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	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	 	
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 	
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 295,23	1 984,50	75,42			11,21	246,34	60,91	12,21	
(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	3,20	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		





2022.07.04.
hétfő

(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:	7 021,89	1 679,87	75,32		10,05	257,39	54,47	15,74		
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
			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	
Sajtos párizsi	615,30		147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59			
Korpás zsemle	1 053,62		0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12			

























2022.07.04.

hétfő

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

00130

V	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:	8 539,34	1 790,87	80,50		24,21	185,75	14,85	17,22		
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	3,20	14,50	0,00	3,31	  	
	Sárgarépa főz. diab.*mirelitből	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	  	
U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	 	
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	  	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:	5 906,34	1 413,01	71,14		13,07	178,28	3,74	14,92		





2022.07.04. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon											
2022.07.05. 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	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	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	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
		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:		7 860,07	1 880,39	78,10		11,70	266,70	70,67	12,30		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52		
	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		





2022.07.05.
kedd

(00101) Normál szoc.otthon	T	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
	E	Tarhonyaleves	939,08	224,66	4,99	11,14	2,60	25,48	0,00	2,60	
		Sertés pörkölt	1 310,10	313,42	28,11	19,96	4,81	4,91	0,00	2,26	
		Sárgaborsófőzelék	2 232,41	534,07	26,60	15,02	1,83	72,49	0,00	1,70	
		Rozskenyér	668,80	160,00	5,82	0,87	0,16	31,70	0,47	0,79	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	10 589,85	2 533,45	106,74		20,19	360,91	50,74	13,47	
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T		Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08	
E		Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Tökfőzelék	1 460,42	349,38	8,75	15,22	3,40	43,52	0,94	1,58	
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2022.07.05.
kedd

(00112) Pépes szoc. otthon	V	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
		Összesen:	9 303,37	2 225,67	89,77		15,65	285,22	56,38	10,67	
(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	
		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	0,36	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	0,99	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	
		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	
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
	Összesen:	7 828,24	1 872,78	98,32		15,96	255,24	46,20	16,35		





2022.07.05.

kedd

(00114)	Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Barackíz	724,98	173,44	0,30	0,00	0,00	42,78	37,38	0,00	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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	0,99	18,24	0,00	3,08	
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
			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	
			Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
			Összesen:	7 761,47	1 856,80	86,45		10,63	294,70	82,78	13,11	
		(00115)	Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00
	Tej 2 dl.			405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Tejpép			1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
	Miniméz 25g.			273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
T	Gyümölcslé 0,2l-es különféle			426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	





2022.07.05.

kedd

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08					
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19					
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00					
		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:	8 086,56	1 934,59	76,29		21,87	209,51	65,96	7,49					
	(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				
			Csészes 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	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00				
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	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					
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					
		Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45					





2022.07.05.
kedd

(00121) Epés zsemle	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 762,94	1 857,16	85,05		10,70	292,82	102,48	11,84	
(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	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		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	
		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	
		Összesen:	7 477,80	1 788,94	80,88		9,91	292,78	102,48	10,12	





2022.07.05.

kedd

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	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	
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	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08	
	Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
	Tökfőzelék	1 460,42	349,38	8,75	15,22	3,40	43,52	0,94	1,58	
U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Összesen:	6 926,51	1 657,07	90,58		17,93	189,65	6,50	12,39	





2022.07.05.

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	 
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	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	
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08	  
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
	Tökfőzelék	1 029,48	246,29	6,18	10,67	2,39	30,78	0,66	0,82	 
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	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	7 196,08	1 721,56	80,04		14,53	180,03	11,86	8,57	





2022.07.05. kedd (00165) Sószegény szoc. otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Tavaszi rolád	695,55	166,40	8,00	13,60	5,44	3,28	0,80	1,52		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T	Banán	658,15	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	0,99	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		
	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		
	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:	7 817,38	1 870,18	94,40		14,74	269,42	51,30	13,32		
2022.07.06. 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	Bakonyi betyárgulyás	1 275,90	305,24	17,75	19,69	6,36	12,83	0,69	3,09		





2022.07.06. szerda		(00101) Normál szoc.otthon		(00112) Pépes szoc. otthon										
E	Fánk	3 793,40	907,51	18,31	30,03	5,23	140,07	60,93	1,63					
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	Pulyka felvágott	369,60	88,42	13,60	2,24	0,73	3,36	0,00	0,00					
	Graham kenyér	1 615,20	386,41	17,20	2,53	0,67	68,14	1,03	1,79					
	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00					
	Összesen:	10 135,81	2 424,82	97,12		20,92	345,06	113,99	9,39					
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	0,36	62,76	0,00	2,40					
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02					
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51					
	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	0,36	62,76	0,00	2,40					
	Összesen:	8 498,18	2 033,05	96,53		15,90	319,44	66,91	16,74					





2022.07.06.

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	
	Pulyka felvágott	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	0,36	62,76	0,00	2,40	





2022.07.06.

szerda

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

00113

V	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00		
	Összesen:	8 637,52	2 066,39	75,15		8,26	333,49	79,50	11,33		
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		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	 	
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	 	
	Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75		
	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	 	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	Összesen:	7 680,19	1 837,36	75,55		7,86	313,07	82,44	14,09		





2022.07.06. 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	
			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	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		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:	6 687,73	1 599,93	49,72		11,07	200,07	85,77	6,09		
	(00121) Epés 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		





2022.07.06.
szerda

Epés szoc.otthon (00121)	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				
	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				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
E		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02				
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51				
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58				
		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				





2022.07.06. szerda	(00122) Epés	V	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		13,45	316,92	73,97	13,34			
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	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			
			Pulyka felvágott	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			





2022.07.06. szerda	00130	V	Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00			
			Összesen:	7 021,34	1 427,68	86,90		18,84	185,08	6,07	12,56			
	Cukros pépes szoc. otthon (00139)	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	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	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	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				





2022.07.06. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon													
2022.07.06. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
			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			
		Pulyka felvágott	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			
		Retek csomós	37,80	9,04	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,00			
		Összesen:	9 598,87	2 296,38	96,97		16,27	328,97	69,60	11,65			
	2022.07.07. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
Sült kolbász			1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13			
Tönköly kenyér			160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26			
Majonézes torma			113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00			





2022.07.07. csütörtök												
(00101) Normál szoc.otthon	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
	E	Francia hagymaleves	707,96	169,37	3,37	8,44	2,21	19,82	0,03	1,82		
		Tavaszi vagdalt	1 582,20	378,51	21,42	22,54	4,27	22,00	0,00	3,19		
		Burgonyapüré	1 332,77	318,84	8,76	4,85	2,15	58,81	0,03	1,97		
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	8 438,58	2 018,79	83,62		25,75	301,94	55,52	25,65		
(00112) Pépes szoc. otthon	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		
		Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72		
		Majonézes torna	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00		
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
	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			





2022.07.07. csütörtök		(00112) Pépes szoc.											
2022.07.07. csütörtök	(00112) Pépes szoc.	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	7 794,04	1 864,60	90,38		20,98	300,63	82,63	20,35		
	(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		
			Sült kolbász	1 186,09	283,75	13,75	24,12	6,49	2,88	0,63	3,13		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
		T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
		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		
			Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40				
	Összesen:	9 572,76	2 290,13	91,55		19,87	308,50	78,60	18,04				





2022.07.07.
csütörtök

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Daráltvirsli	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	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	
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	
	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	
	Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	9 213,13	2 204,10	94,20		21,80	303,47	77,08	17,37	





2022.07.07. 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	Ivóyoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49		
	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		
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	9 402,45	2 249,39	87,38		29,64	226,46	105,25	6,53			
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		





2022.07.07.
csütörtök

(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	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08			
	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:	9 086,65	2 173,84	94,60		16,55	314,92	84,75	13,76				
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
		Daráltvirslis	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	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08			
	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			























		2022.07.07. 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:	9 119,34	2 181,66	99,05		17,69	315,09	84,78	13,05	
(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	
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	E	Francia hagymaleves	707,96	169,37	3,37	8,44	2,21	19,82	0,03	1,82	
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
		Burgonyapüré	932,88	223,18	6,13	3,40	1,51	41,17	0,02	1,38	
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
	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		
	Szendvicskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40		
























2022.07.07. csütörtök (00139) Cukros pépes szoc. otthon	00130	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
			Összesen:	8 437,43	1 829,48	84,76		22,87	179,59	9,57	12,87	
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	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	   	
		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	
			Szendvicsskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40	    
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		Összesen:	7 698,04	1 652,60	68,93		22,21	182,70	18,23	10,32		





2022.07.07. csütörtök (00165) Sószegény 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	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	     	
		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		
	V	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
		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:	9 086,65	2 173,84	94,60		16,55	314,92	84,75	13,76			
2022.07.08. péntek (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Ivóyoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	 	
		Focaccino	1 840,88	440,40	6,12	22,80	2,52	52,80	1,32	0,98		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53	  	





2022.07.08. péntek		(00101) Normál szoc.otthon											
E	Rakott zöldbab *mirelit	2 406,30	575,67	28,72	29,79	9,16	46,78	2,31	1,73				
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				
	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67				
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00				
	Összesen:	8 518,81	2 038,00	72,32		18,71	270,03	63,59	8,20				
(00112) Pépes szoc. otthon													
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Ivójoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49				
	Focaccino	1 840,88	440,40	6,12	22,80	2,52	52,80	1,32	0,98				
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	4,12	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				
	Kenyer, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40				
	Összesen:	7 869,51	1 882,65	70,37		15,76	271,83	66,61	13,18				





2022.07.08.

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			
	Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61			
	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	
			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	
			Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80	
			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:		7 840,11	1 875,62	86,39		14,92	262,07	48,40	14,83	





2022.07.08.
péntek

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált 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	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	4,12	12,99	0,24	3,51			
		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			
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	7 530,89	1 801,63	77,40		11,53	266,77	48,64	13,54			
	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		





2022.07.08.
péntek

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	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	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.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	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
		Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
	Összesen:	6 613,10	1 582,08	61,19		14,10	172,20	58,29	6,11			
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Ivóyoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49	 	
		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	 	
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	 	





2022.07.08.
péntek

		(00121)									
		Epés szoc.otthon									
E	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:	7 821,91	1 871,27	76,41		14,86	291,62	68,25	12,49		
		(00122)									
		Epés pépes szoc. otthon									
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
	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	4,12	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		
	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		
	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
	Összesen:	10 768,95	2 576,30	111,38		29,17	301,54	60,34	16,49		





2022.07.08.

péntek

(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		
	Párizsi, sertés	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	
		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 zöldbab *mirelit	2 237,57	535,30	31,58	26,21	8,58	41,99	1,98	4,20	
	U	Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02	      
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Bacskai hurka	676,26	161,79	11,66	9,12	3,15	8,08	0,00	1,80	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
	Összesen:		8 197,40	1 709,05	81,62		21,58	189,99	10,02	12,60	





2022.07.08.

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 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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	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:	7 335,33	1 754,87	73,66		18,97	180,82	11,02	12,51	
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2022.07.08. péntek (00165) Sószegény szoc. otthon										
R	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E 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:		7 547,00	1 805,50	74,43		12,11	289,12	71,51	12,08	
2022.07.09. szombat (00101) Normál szoc.otthon										
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	0,40	
	Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96	
T Őszibarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01		
E	Karfiolleves *mirelitből*	708,76	169,56	5,77	7,58	0,88	19,31	0,00	1,86	
	Bolognai spagetti	2 906,99	695,45	39,95	25,30	7,78	76,11	0,00	3,01	






















		Csoport		Tápanyagok							Egyéb		Megjegyzés
				Énergia	Protein	zsír	szénhidrát	szelén	vas	szelén	szelén	szelén	
2022.07.09. szombat	(00101) Normál szoc. otthon	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		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	9 893,75	2 366,93	90,65		29,59	314,85	64,85	11,66		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	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	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	    	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	  	
			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	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
Összesen:	7 919,84		1 894,70	85,21		12,92	285,53	67,85	17,39				





2022.07.09.
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		
			Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		T	Őszibarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01		
		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		
			Fokhagymás felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	Összesen:	7 987,64	1 910,92	94,46		21,68	230,90	48,88	16,21				
(00114)	Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	





2022.07.09.
szombat

Tejmentes pépes szoc. otthon (00114)	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
	E	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53			
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	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			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Összesen:		6 883,88	1 646,86	72,05		5,24	261,19	64,61	14,21			
Folyékony pépes szoc.otthon (00115)	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25			
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	T	Gyümölcsle 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			
	E	Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91			
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19			
		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				





2022.07.09.
szombat

(00115) Folyékony	V	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:	7 734,23	1 850,29	71,12		20,10	207,02	68,08	7,73	
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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	
	T	Őszibarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01	
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	
		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:	6 743,82	1 613,35	74,87		4,67	254,77	51,40	14,69		





2022.07.09.

szombat

(00122)

Epés pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	    	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	  	
			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:		7 394,62	1 769,04	77,98		5,95	276,42	67,65	14,78		





2022.07.09.
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			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Őszibarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01		
	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	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		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		7 772,51	1 859,47	104,98		25,30	172,15	3,08	12,17		





2022.07.09. szombat (00139) Cukros pépes szoc. otthon	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		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	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	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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:		6 373,20	1 524,70	86,47		15,16	185,06	3,05	14,95		
























2022.07.09. szombat (00165) Sószegény 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	Őszibarack	171,99	41,14	0,70	0,10	0,00	9,00	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	3,20	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:		7 709,54	1 844,37	85,31		12,51	273,63	55,36	16,50					
2022.07.10. vasárnap (00101) Normál szoc.otthon														
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30					
	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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96					
	Rozmaringos sült csirkecomb	1 784,42	426,89	53,63	22,64	4,42	1,64	0,00	2,16					





2022.07.10.
vasárnap

(00101) Normál szoc.otthon	E	Meggymártás *mirelit*	1 347,99	322,49	3,62	3,47	1,40	66,38	34,86	0,41	 		
		Féladagos burgonya	666,31	159,40	4,25	0,34	0,04	34,00	0,00	1,49			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00	  		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 		
		Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00			
		Összesen:	9 258,25	2 214,87	121,85		13,20	289,65	81,50	13,11			
	(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	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
			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 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	  			





2022.07.10.
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:	9 998,30	2 391,92	118,31		22,99	302,47	49,08	16,26		
	Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	R		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
				Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
				Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
				Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57	
				Meggymártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73	
			Féladagos burgonya	666,31	159,40	4,25	0,34	0,04	34,00	0,00	1,49		
		V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
				Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00	
				Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
				Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
			Összesen:	8 047,77	1 925,28	93,47		8,67	281,71	70,55	13,85		





2022.07.10.
vasárnap

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
	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		
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	Összesen:		8 681,52	2 076,91	87,85		16,81	287,39	45,64	19,31		






















2022.07.10. 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				





2022.07.10.
vasárnap

(00121) Epés szoc.otthon	R	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		
		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		
	Összesen:	10 204,53	2 441,27	112,60		29,48	308,62	49,04	15,03			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	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		





2022.07.10.
vasárnap

		(00122)										
Epés pépes szoc. otthon	E	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	8 581,20	2 052,92	94,41		16,62	289,43	49,08	12,55		
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	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	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	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89		
		Rozmaringos sült csirkecomb	1 784,42	426,89	53,63	22,64	4,42	1,64	0,00	2,16		
		Meggymartas diab. *mirelit*	771,44	184,55	4,15	3,48	1,51	31,87	0,66	1,03		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
	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		
		Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			





2022.07.10.
vasárnap

00130	V	Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
		Összesen:	8 546,57	2 044,63	117,01		16,08	178,69	9,36	11,88	
(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	
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
		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	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	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Összesen:	8 821,70	2 110,46	100,26		23,50	185,23	9,40	14,21		





**2022.07.10.
vásárnap**

(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			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	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		
	Összesen:		10 453,25	2 500,77	94,64		18,13	313,78	55,48	13,27		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviselési fórum

