



Tételes étlap 2021.07.12. - 2021.07.18.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.07.12. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28		
		Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Burgonyagombócos z.leves	1 534,21	367,03	10,61	12,18	1,66	52,79	0,00	1,83		
		Tarhonyáshús	3 061,13	732,33	39,66	26,04	5,29	83,93	0,00	2,40		
		Káposztasaláta	220,57	52,77	1,95	0,25	0,03	10,30	3,40	0,83		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Finom májas	672,80	160,95	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00		
		Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
	Összesen:	11 065,96	2 647,36	99,17		17,11	408,40	84,14	11,52			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
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			





2021.07.12.












hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Reszelttésztaleves	968,40	231,68	8,13	5,87	0,63	36,02	0,00	3,17		
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		Parajfőzelék diétás	885,95	211,95	8,37	11,08	1,71	19,43	0,00	2,95		
		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		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Finom májas	672,80	160,95	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	9 816,20	2 348,37	107,65		19,12	300,06	46,69	17,10		
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. ottho	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		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		Reszelttésztaleves	968,40	231,68	8,13	5,87	0,63	36,02	0,00	3,17		
		Halrúd	1 559,76	373,15	13,95	22,17	1,59	27,30	0,00	0,00		
		Zöldborsófőz.tejmentes *mir.*	863,16	206,50	14,06	0,84	0,00	35,06	0,00	2,00		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00			





2021.07.12.
hétfő

(00113) Tej és tejtermékek	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
		Összesen:	8 910,88	2 131,81	91,39		12,11	298,54	46,69	13,57		
(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Reszelttésztales	547,72	131,03	3,86	5,61	0,66	15,95	0,00	2,40	    	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Parajfőzelék tejmentes *mir.*	552,54	132,19	5,08	5,15	0,53	16,23	0,00	2,82		
		Féladagos burgonya	666,31	159,40	4,25	0,34	0,04	34,00	0,00	1,49		
	V	Keserű tea	5,18	1,24	0,08	0,02	0,00	0,03	0,01	0,00		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14	 	
		Összesen:	6 387,95	1 528,21	55,49		17,91	202,98	63,18	7,56		





2021.07.12.
hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Reszelttésztaleves	968,40	231,68	8,13	5,87	0,63	36,02	0,00	3,17		
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		Parajfőzelék tejmentes *mir.*	552,54	132,19	5,08	5,15	0,53	16,23	0,00	2,82		
		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		
		Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 668,05	2 073,70	89,30		16,39	275,41	48,40	15,14		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Reszelttésztaleves	968,40	231,68	8,13	5,87	0,63	36,02	0,00	3,17		
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		





2021.07.12.



















hétfő



		(00122)										
Epés pépes szoc. otthon	E	Parajfőzelék tejmentes *mir.*	552,54	132,19	5,08	5,15	0,53	16,23	0,00	2,82		
		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		
		Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		8 668,05	2 073,70	89,30		16,39	275,41	48,40	15,14		
Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	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	Reszelttésztaleves	547,72	131,03	3,86	5,61	0,66	15,95	0,00	2,40		
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		Zöldborsófőz. diab. *mirelit*	1 107,65	264,99	15,51	5,95	0,77	36,65	0,00	2,04		
	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			



2021.07.12.
hétfő

(00130) Cukros 180 g Cukros pépes otthon	V	Finom májas	672,80	160,95	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00	 		
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
		Összesen:	7 371,79	1 574,55	94,28		18,37	183,24	1,91	11,69			
	(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 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	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		E	Reszeltésztaleves	547,72	131,03	3,86	5,61	0,66	15,95	0,00	2,40	    	
			Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 	
			Parajfőzelék diétás	885,95	211,95	8,37	11,08	1,71	19,43	0,00	2,95	 	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99			
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				
	Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00	 			





2021.07.12. hétfő	00139	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
			Összesen:	7 514,52	1 797,75	84,05		17,94	194,26	3,04	13,65	
	00143 Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Reszelttésztales	968,40	231,68	8,13	5,87	0,63	36,02	0,00	3,17	
			Halrúd	899,50	215,19	9,30	11,07	0,63	18,20	0,00	0,00	
			Parajfőzelék tejmentes *mir.*	552,54	132,19	5,08	5,15	0,53	16,23	0,00	2,82	
			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	
			Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	8 722,61	2 086,75	74,43		18,84	307,22	64,29	12,51	





2021.07.12. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon													
2021.07.12. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Reszelttésztaleves	968,40	231,68	8,13	5,87	0,63	36,02	0,00	3,17		
	E	Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82			
		Parajfőzelék diétás	885,95	211,95	8,37	11,08	1,71	19,43	0,00	2,95			
		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			
		Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00			
		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:	9 025,06	2 159,11	93,03		17,58	279,66	48,40	15,27			
	2021.07.13. kedd (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Vajkrém	270,86	64,80	1,50	6,00	3,90	1,20	0,75	0,27		
Tönköly kenyér			200,01	47,85	17,48	4,04	1,28	84,38	0,62	11,58			
Gyümölcs joghurt			386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			



2021.07.13.
kedd

(00101) Normál szoc.otthon	T	Őszibarack	171,99	41,14	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,00		
	E	Zöldségleves sajtgaluskával	842,17	201,48	7,89	10,07	2,44	19,36	0,03	1,84		
		Rántott sertésszelet	1 791,71	428,64	29,70	25,10	5,36	20,47	0,00	1,61		
		Zöldborsófőzelék	1 394,50	333,61	19,08	8,41	1,46	44,60	0,00	1,15		
		Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sonkás-sajtos tekerecs	3 302,00	789,95	31,92	30,25	14,24	97,16	3,44	3,85		
		Összesen:	9 806,56	2 346,06	117,68		29,27	371,41	66,91	21,08		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Vajkrém	270,86	64,80	1,50	6,00	3,90	1,20	0,75	0,27	
		Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
T		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		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		





2021.07.13.
kedd

		00112										
Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	V	Tejberizs gyümölcsös	2 485,59	594,64	21,51	6,24	3,30	112,14	19,98	1,04		
		Összesen:	6 513,79	1 558,33	65,23		12,28	309,90	99,49	17,89		
	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		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00		
	T	Őszibarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01		
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99		
		Ecetes cékla	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sült csirkecomb	2 042,90	488,73	50,23	31,07	5,26	1,47	0,00	2,38		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00		
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	8 148,12	1 949,31	102,43		8,89	252,95	51,39	17,71		






2021.07.13.
kedd

(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	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Sárgarépa főz. diab.*mirelit böll	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	 	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tejberizs gyümölcsös	2 485,59	594,64	21,51	6,24	3,30	112,14	19,98	1,04		
	Összesen:	6 057,14	1 449,08	58,62		9,55	236,05	66,23	7,13			
(00121) Epés 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		
		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	Őszibarack	171,99	41,14	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,00		
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		





2021.07.13.
kedd

(00121) Epés szoc.otthon	E	Rizszeshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99		
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sült csirkecomb	2 042,90	488,73	50,23	31,07	5,26	1,47	0,00	2,38	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	10 571,23	2 528,99	110,68		13,20	298,34	69,04	13,58		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
T		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31	   	
		Sárgarépa föz.tejmentes*mir.*	502,91	120,31	4,07	0,49	0,06	24,33	0,00	2,50	 	
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tejbenrizs*rizstejes	2 364,80	398,61	7,97	5,11	1,15	121,30	50,95	1,00		
	Összesen:	8 592,17	1 888,41	52,11		8,85	314,84	117,99	11,50			





2021.07.13.

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		
	Vajkrém	270,86	64,80	1,50	6,00	3,90	1,20	0,75	0,27		
	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		
	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	Gombaleves konzerv gombából	691,10	165,33	6,82	6,88	0,88	18,76	0,00	2,80	
		Diab.Rizszeshús (diétás)	1 555,56	372,14	24,50	13,04	2,43	38,75	0,00	4,43	
		Ecetes cékla	185,77	44,44	0,92	0,07	0,00	9,74	5,59	0,86	
	U	Őszibarack	171,99	41,15	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,01	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sült csirkecomb	2 042,90	488,73	50,23	31,07	5,26	1,47	0,00	2,38	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
Összesen:		8 651,63	2 069,77	108,64		16,01	190,25	15,50	13,34		





2021.07.13.

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		
	Vajkrém	270,86	64,80	1,50	6,00	3,90	1,20	0,75	0,27		
	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		
	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	0,05	
	E	Gombaleves konzerv gombából	691,10	165,33	6,82	6,88	0,88	18,76	0,00	2,80	
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	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	
		Diab. tejbenrizs	1 129,59	270,24	10,80	3,15	1,66	49,35	0,00	0,77	
Összesen:		7 165,47	1 714,24	66,03		16,35	189,84	10,19	11,79		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		





2021.07.13.
kedd

(00143) Epés, húsmentes	R	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
	T	Őszibarack	171,99	41,14	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,00		
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09		
		Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16		
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tejbenrizs*rizstejes	2 364,80	398,61	7,97	5,11	1,15	121,30	50,95	1,00		
		Összesen:	8 618,42	1 894,68	35,49		6,88	367,47	128,30	6,82		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
T		Őszibarack	171,99	41,14	0,70	0,10	0,00	9,00	0,00	0,00		
E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		





2021.07.13. kedd (00165) Sószegény szoc. otthon													
E	Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99				
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sült csirkecomb	2 042,90	488,73	50,23	31,07	5,26	1,47	0,00	2,38			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00			
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20				
Összesen:		9 121,83	2 182,24	107,21		10,18	295,71	77,35	15,14				
2021.07.14. szerda (00101) Normál szoc.otthon													
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40				
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
	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	676,15	161,76	5,81	5,68	0,62	21,37	0,00	1,80				
	Húsos rakott burgonya	2 732,26	653,65	35,97	25,94	10,92	66,91	1,65	2,75				
	Csemege uborka konzerv	57,54	13,76	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				
	Túrista felvágott	535,58	128,13	16,96	6,56	2,30	0,16	0,00	0,00				





2021.07.14.
szerda

(00101) Normál otthon	V	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	8 946,06	2 140,20	96,58		17,74	313,92	88,69	11,24	
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Pirított kacsamáj (darálva)	6 002,67	1 436,04	0,95	157,82	46,23	1,24	0,00	1,48	
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		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:	13 411,09	3 208,38	65,70		56,17	317,24	88,24	14,28	





2021.07.14.

szerda

(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		
	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	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
	Pirított kacsamáj	1 164,44	278,58	28,63	14,56	3,09	7,89	0,00	3,20		
	Zöldbabfőzelék tejmentes*mir.	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	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	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
Összesen:		7 171,75	1 715,74	86,36		6,81	260,95	61,20	14,47		





2021.07.14. szerda	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
			Pírtott kacsamáj (darálva)	6 002,67	1 436,04	0,95	157,82	46,23	1,24	0,00	1,48	
			Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	13 338,67	3 191,07	57,90		67,72	195,81	79,99	9,04		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	



















2021.07.14.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	R	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	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	 	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	 	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	7 107,14	1 700,27	74,34		8,19	258,53	64,60	14,39			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		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 serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		

























2021.07.14.
szerda

		(00122)										
		Epés pépes szoc. otthon										
E	Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	 		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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			
	Összesen:	6 187,50	1 480,26	59,83		5,68	247,97	64,20	9,16			
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	 		
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	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			
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	    		
	Rakott zöldbab *mirelit	1 680,89	402,13	21,00	21,07	6,45	32,40	1,62	1,22			
U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	 		
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			





2021.07.14.
szerda

00130	V	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	6 067,12	1 451,49	71,08		12,14	186,83	3,88	6,64	
(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	 
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	     
		Pírtott kacsamáj (darálva)	6 002,67	1 436,04	0,95	157,82	46,23	1,24	0,00	1,48	
		Z.babpürefőzelék diab. *mir.*	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46	 
	U	Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	 
		Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	  
	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:	11 826,68	2 829,36	50,16		54,33	177,14	10,13	12,00	





2021.07.14. szerda	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	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			
			Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07			
			Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Kétfres 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:	7 217,92	1 726,77	57,39		8,87	282,68	68,90	10,16				
	(00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	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				





2021.07.14. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon												
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41			
	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20			
	Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
Összesen:		7 139,90	1 708,11	74,82		8,19	259,73	64,60	14,39			
2021.07.15. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31			
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39			
	Mustár	141,45	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38			
T	Sárgadinnye	338,28	80,92	0,60	0,20	0,00	19,00	0,00	0,03			
E	Francia hagymaleves	707,96	169,37	3,37	8,44	2,21	19,82	0,03	1,82			
	Spenótos-sajtos csirkemell	1 706,96	408,36	37,57	26,88	11,90	3,56	1,88	2,42			
	Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82			





2021.07.15. csütörtök	00101	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
			Összesen:	10 297,25	2 463,44	104,99		30,55	297,11	49,13	12,73			
	00112	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	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
		E	Gyümölcsleves	1 130,66	270,49	2,14	2,80	1,29	57,47	40,06	0,89	 		
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06			
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	 		
			Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67			
				Összesen:	10 211,71	2 442,99	106,79		20,52	366,98	102,27	13,65		





2021.07.15.
csütörtök

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Mustár	141,45	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
T	Sárgadinnye	338,28	80,92	0,60	0,20	0,00	19,00	0,00	0,03	
E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
	Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
	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	
	Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	9 540,34	2 282,37	112,82		17,90	310,49	45,66	20,18	





2021.07.15.
csütörtök

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					
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01					
		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	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					
	E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98					
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19					
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78					
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00					
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14					
	Összesen:		6 915,51	1 654,43	49,39		20,07	181,53	57,43	6,58					
Epés szoc.otthon (00121)	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					





2021.07.15.
csütörtök

(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	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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:	9 160,96	2 191,62	99,14		13,71	325,57	63,29	15,91	
(00122) Epés 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	
		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	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	





2021.07.15.
csütörtök

		(00122)		(00130)								
		Epés pépes otthon	Cukros 180 g CH szoc.otthon									
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	8 927,04	2 135,65	95,66		13,32	325,72	63,32	14,31			
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31			
	Korpás zsemle	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	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98			
	Tejfölös sült csirke	1 291,29	308,92	38,18	16,41	4,39	1,69	0,66	2,91			
	Burgonya petrezselymes 200 g.	999,47	239,11	5,09	5,98	0,68	40,20	0,00	2,48			
	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			
	Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82			





2021.07.15.
csütörtök

00130	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 480,38	1 537,51	103,05		20,26	189,95	2,79	15,37	
(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	
		Daráltvirsl	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	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	E	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	U	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	
		Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:	7 034,25	1 682,84	91,13		22,49	188,14	3,02	11,84		





2021.07.15.
csütörtök

(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		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	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	
		Összesen:	7 760,85	1 856,66	52,50		10,11	326,00	64,77	11,07	
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
		Kétféles 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	





2021.07.15. csütörtök	(00165) Sószegevény szoc. otthon	T	Sárgadinnye	338,28	80,92	0,60	0,20	0,00	19,00	0,00	0,03					
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36					
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08					
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06					
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00					
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
			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:	9 156,47	2 190,54	101,84		11,18	333,91	67,41	14,75					
		2021.07.16. péntek	(00101) Normál 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					
	Lekváros bukta			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	Gyümölcsleves(alma, meggy)			1 010,71	241,80	1,68	2,39	1,30	52,58	39,96	0,46					
	Brassói aprópecsenye			1 306,88	312,65	29,68	20,63	5,10	1,69	0,00	2,06					
	Pírtott burgonya			1 528,07	365,57	7,51	9,88	1,13	60,06	0,00	2,00					
	Uborka saláta			91,50	21,89	1,10	0,11	0,00	4,10	2,00	1,02					
V	Citromos tea			259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					





2021.07.16.
péntek

(00101) Normál otthon	V	Főtt császárszalonna	1 193,81	285,60	10,40	26,40	11,20	1,60	0,40	2,24			
		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:	7 847,81	1 877,47	72,96		21,17	245,41	87,36	10,58			
	(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		
			Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51		
			Almamartas (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56		
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
Kenyér, félbarna			1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00			
		Összesen:	8 454,38	2 022,57	82,59		17,53	304,67	78,38	13,72			





2021.07.16.

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				
	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	  			
	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	 			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	
			Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96		
			Almamartas tejmentes (friss gy	493,32	118,02	2,88	0,88	0,00	23,86	0,00	0,02	 	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Főtt császárszalonna	1 193,81	285,60	10,40	26,40	11,20	1,60	0,40	2,24			
		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:	7 348,39	1 758,00	76,20		15,54	256,89	45,80	16,92			





2021.07.16.

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	Raguleves diétás	652,13	156,01	12,09	6,98	1,22	10,88	0,00	2,81	
	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Almamartas diab. (friss gyum.	609,30	145,77	3,43	3,30	1,51	24,67	0,66	0,53	
	Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	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	
Összesen:		5 459,34	1 306,06	64,14		11,35	176,77	63,76	5,21	





2021.07.16.

péntek

(00121)

Epés szoc.otthon

R	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			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	
	E	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
		Almamartas (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56	 	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	   	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		8 912,57	2 132,19	81,83		15,26	279,17	77,92	14,34		





2021.07.16.

péntek

(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 sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68		
	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	
		Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
	E	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	
		Almamartas (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:		9 130,08	2 184,22	79,74		15,69	290,82	78,06	14,29	













2021.07.16.

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			
	Sonka szalámi	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			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
	E	Rizsleves	285,81	68,38	1,62	2,53	0,27	9,60	0,00	0,70	 	
		Brassói aprópecsenye	1 306,88	312,65	29,68	20,63	5,10	1,69	0,00	2,06		
		Pirított burgonya	1 206,83	288,72	6,13	6,99	0,80	49,05	0,00	1,40		
	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		
		Főtt császárszalonna	1 193,81	285,60	10,40	26,40	11,20	1,60	0,40	2,24		
		Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	Összesen:		7 072,20	1 439,88	80,92		19,31	191,15	2,31	11,32		





2021.07.16.

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 sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68		
	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	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Almamartas diab. (friss gyum.	609,30	145,77	3,43	3,30	1,51	24,67	0,66	0,53	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
	U	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	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		7 149,75	1 710,48	69,39		13,75	196,42	9,66	10,34	





2021.07.16.

péntek

(00143)

Epés, húsmentes

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01				
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
			Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03		
	Almamártás (friss) TM.	754,67	180,54	2,77	0,78	0,01	39,89	17,98	0,02				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:		8 327,37	1 992,19	37,17		7,86	295,85	104,91	6,39			





2021.07.16. péntek (00165) Sószegény szoc. otthon												
2021.07.16. péntek (00165) Sószegény 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		
		Lekváros bukta	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	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
	E	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
		Almamartas (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:		6 736,75	1 611,66	55,71		10,38	213,86	90,72	10,07		
2021.07.17. szombat (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
		Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94		
	T	Müzli szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Daragaluska leves	989,26	236,67	6,53	10,46	1,26	28,60	0,00	2,84		



2021.07.17.
szombat

(00101) Normál szoc.otthon	E	Pulykahúsos rolád	1 045,09	250,02	27,62	10,13	2,39	11,79	0,00	1,86			
		Gyöngybab főzelék	2 282,97	546,17	25,56	17,16	1,98	71,73	0,00	1,34			
		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			
		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	0,00	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:	9 567,13	2 288,79	105,87		15,40	319,41	48,67	12,38			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60		
			Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94		
		T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
		E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24		
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Paradicsom martas	1 260,57	301,57	5,77	10,09	1,06	46,56	19,98	1,87			
		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			
		Darált olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26			





2021.07.17. szombat	00112	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	9 101,23	2 177,32	73,25		24,16	300,88	72,38	14,03		
	00113	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	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
		T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08		
		E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24		
			Húsgombóc (normál)	836,83	200,20	17,08	7,04	2,32	16,87	0,00	3,10		
			Paradicsom martas	1 260,57	301,57	5,77	10,09	1,06	46,56	19,98	1,87		
			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		
			Olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
				Összesen:	9 494,49	2 271,40	79,72		24,19	314,45	69,98	17,22	





2021.07.17.
































szombat

(00115)
Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60			
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
	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	Tavaszi leves	621,69	148,73	4,87	5,76	0,68	18,99	0,00	2,66	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Paradicsom martas	1 260,57	301,57	5,77	10,09	1,06	46,56	19,98	1,87	
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
			Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Összesen:		8 594,98	2 056,22	74,51		27,14	211,84	87,71	8,71	





2021.07.17. szombat		(00121) Epés szoc.otthon											
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 		
		Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98			
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	     		
		E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24	    	
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
	V	Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68			
		Citromos tea		259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	  	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
Összesen:		7 299,81	1 746,36	67,41		10,70	285,63	71,45	12,34				
(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	 		
		Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98			
	T	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08	     		
	E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24	    		





2021.07.17.
szombat

		(00122)									
Epés pépes szoc. otthon	E	Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 470,35	1 787,16	64,76		12,38	286,64	71,45	12,36	
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	
		Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60	
		Vajjas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Vajjas jellegű kifli	314,51	75,24	2,44	0,78	0,40	13,46	0,70	0,24	
	E	Tavaszi leves	621,69	148,73	4,87	5,76	0,68	18,99	0,00	2,66	
		Húsgombóc (normál)	836,83	200,20	17,08	7,04	2,32	16,87	0,00	3,10	
		Paradicsom martas diab.	616,48	147,48	4,07	6,12	0,63	18,85	0,00	4,52	
	U	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	





2021.07.17. szombat	00130	V	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01					
			Összesen:	5 991,37	1 433,35	66,16		14,01	186,74	5,21	14,88					
	00139 Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60					
			Vajas jellegű kifli	943,51	225,72	7,30	2,34	1,18	40,36	2,10	0,70					
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Vajas jellegű kifli	314,50	75,24	2,43	0,78	0,39	13,45	0,70	0,23					
		E	Tavaszi leves	621,69	148,73	4,87	5,76	0,68	18,99	0,00	2,66					
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21					
			Paradicsom martas diab.	616,48	147,48	4,07	6,12	0,63	18,85	0,00	4,52					
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99					
		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 párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61					
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16					
			Összesen:	6 225,77	1 489,44	67,33		15,82	186,32	4,33	12,70					





2021.07.17.
szombat

(00143) Epés, húsmentes	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	Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08			
	E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24			
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09			
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	8 047,75	1 925,29	47,01		13,04	268,36	60,70	8,81			
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
		Vajjas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94			
T		Múzliszelet, gyümölcsös	330,96	79,18	1,20	2,80	1,40	12,20	4,20	0,08			
E		Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24			
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15			





2021.07.17. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon		E	Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Sajtos párizsi	615,30	147,20	10,65	12,64	4,08	0,75	0,40	1,59	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	
			Összesen:	8 471,48	2 026,66	68,80		13,90	273,34	60,34	12,41	
2021.07.18. vasárnap (00101) Normál szoc. otthon		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Hagymás tojásrántotta	1 024,63	245,12	12,36	19,88	3,79	3,85	0,00	3,27	
			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	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46	
			Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87	
			Orsótészta	1 769,01	423,21	15,00	7,73	1,11	72,90	0,00	1,77	
			Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,27	0,00	3,78	0,99	1,97	
		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	0,00	62,76	0,00	2,40	
			Összesen:	9 284,50	2 221,16	91,68		19,54	280,05	48,49	16,59	





2021.07.18. vasárnap (00112) 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	
		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	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Derby tömlös 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	0,00	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	8 782,25	2 101,02	104,60		15,66	318,27	66,93	18,19	





2021.07.18.
vasárnap

(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Hagymás tojásrántotta	1 024,63	245,12	12,36	19,88	3,79	3,85	0,00	3,27		
		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	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11	 	
		Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87	 	
		Orsótészta	1 769,01	423,21	15,00	7,73	1,11	72,90	0,00	1,77	 	
		Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	1,98	 	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Paprikas csem.szalami	1 652,45	395,32	15,68	36,64	12,88	0,24	0,00	3,60	 	
Kenyér, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
Összesen:		10 348,25	2 475,64	103,70		27,07	283,18	46,10	24,40			
(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		





2021.07.18.
vasárnap

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	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	Húsleves,diab.	389,91	93,28	4,65	2,61	0,13	12,82	0,04	3,13						
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19						
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78						
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00						
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27						
		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						
		Összesen:	6 529,97	1 562,19	65,77		12,56	232,34	87,15	6,96						
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
			Kétféles túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14					
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	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		Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11						
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19						





2021.07.18.
vasárnap

(00121) Epés szoc.otthon	E	Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47		
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	8 458,89	2 023,65	90,65		12,62	303,72	65,48	16,30		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	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		Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	8 689,21	2 078,76	99,28		14,95	319,23	69,93	16,20		





2021.07.18.
vasárnap

(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		
	Hagymás tojásrántotta	1 024,63	245,12	12,36	19,88	3,79	3,85	0,00	3,27		
	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		
	Knuspi	495,75	118,60	3,94	0,90	0,00	27,30	0,00	0,00		
E	Csontleves tésztabetét nélkül	258,29	61,79	3,37	2,12	0,00	7,32	0,00	2,46		
	Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87		
	Orsótészta	1 238,34	296,25	10,50	5,42	0,78	51,03	0,00	1,24		
	Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,27	0,00	3,78	0,99	1,97		
U	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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:	7 157,07	1 712,21	80,68		18,64	191,45	5,55	14,25		





2021.07.18.
vasárnap

(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Knuspi	495,75	118,60	3,94	0,90	0,00	27,30	0,00	0,00		
	E	Húsleves, diab.	389,91	93,28	4,65	2,61	0,13	12,82	0,04	3,13		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Burgonyapüre 20 dkg	503,04	120,34	2,35	2,21	1,02	22,75	0,02	2,05		
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
	U	Korpovit keksz	31,81	7,61	0,26	0,25	0,02	1,08	0,11	0,04		
	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:	6 011,90	1 438,27	86,06		13,32	186,92	9,63	11,51			
(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kétféles túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		






2021.07.18.
vasárnap

(00143) Epés, húsmentes	E	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11			
		Rántott karfiol mirelit	1 131,17	270,62	2,40	19,99	1,48	19,00	0,00	0,00			
		Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47			
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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:	8 680,31	2 076,63	63,36		12,74	321,84	65,48	14,11			
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	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		Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11			
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19			
		Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47			
		Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				





2021.07.18	(00165) Sószegény C-700 C-440 C	V	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	10 031,32	2 399,83	90,71		11,52	331,79	87,21	15,18		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviselési fórum

