



Tételes étlap 2022.07.11. - 2022.07.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.07.11. hétfő (00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E Csirke halászlé	2 005,18	479,71	31,77	28,59	9,17	23,98	0,30	3,62			
	Túrós pogácsa	3 749,80	897,08	35,93	43,88	22,08	90,23	5,55	2,76			
	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			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67			
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
	Összesen:		10 828,44	2 590,54	115,41		36,53	309,96	52,82	12,96		





2022.07.11. hétfő (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	
		Kuglóf	1 513,16	362,00	9,98	4,72	3,04	62,36	16,36	0,77	
	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	
		Öszibarack mártás	1 132,54	270,94	3,58	3,42	1,92	55,36	28,24	0,34	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:		8 408,27	2 011,53	83,81		20,70	290,21	90,24	12,45	





2022.07.11.

hétfő

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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	0,45	78,45	0,00	3,00	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
	Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96	
	Öszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
	Összesen:	6 893,88	1 649,26	68,46		10,27	256,83	68,96	13,38	





2022.07.11.

hétfő

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51		
		Öszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	7 447,19	1 781,62	74,63		17,17	252,36	69,60	14,94		
	(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		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		





2022.07.11.
hétfő

2022.07.11. hétfő	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	E	Öszibarack mártás	1 132,54	270,94	3,58	3,42	1,92	55,36	28,24	0,34		
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
			Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Összesen:	7 850,43	1 878,09	66,94		24,38	205,45	95,93	6,98		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68			
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02			
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				





2022.07.11.

hétfő

(00122)

Epés pépes szoc. otthon

00121

V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:	9 023,92	2 158,83	92,89		27,93	267,02	62,50	13,32	
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
	Őszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:	9 398,94	2 248,54	88,93		25,27	269,56	78,64	13,25	





2022.07.11.

hétfő

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
		Rakott brokkoli mir.	2 034,29	486,67	32,50	24,49	8,17	33,26	1,98	4,29		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	Összesen:		6 714,24	1 543,28	80,42		14,41	185,84	4,24	12,43		






















2022.07.11.

hétfő

(00139)

Cukros pépes szoc. otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	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		
	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	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	  
		Öszibarack mártás diab.	641,99	153,59	2,76	2,72	1,53	28,60	6,23	0,26	  
	U	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	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Darált 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:		8 021,84	1 919,11	80,92		23,67	182,21	15,97	12,93	





2022.07.11.
hétfő

(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Minijam *, 25 g	658,58	157,56	0,24	0,00	0,00	38,70	32,58	0,02		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	E	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
	V		Őszibarack mártás	1 132,54	270,94	3,58	3,42	1,92	55,36	28,24	0,34	
		V	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	
		Összesen:	7 612,55	1 821,18	70,94		10,11	308,02	108,82	9,73		
	(00191) Cukros-epés-purinszegegy	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	





2022.07.11.
hétfő

(00191) Cukros-epés-purinszegény	R	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
		Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24	
	U	Hámozott 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 klf. Trappista	1 243,53	297,49	22,16	22,48	14,28	1,28	0,00	1,94	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 003,08	1 675,39	87,20		26,98	180,56	8,61	12,81	
	(00192) Húsmentes 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	1 297,30	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	





2022.07.11. hétfő (00192) Húsmentes szoc. otthon											
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
	Csöbentsült brokkoli tojással	2 373,95	567,92	34,17	36,56	16,06	25,42	1,40	4,65		
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		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	8 415,15	2 013,18	66,71		22,19	236,76	69,04	12,77		
2022.07.12. kedd (00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06		
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
T	Sárgadinnye	253,71	60,70	0,45	0,15	0,00	14,25	0,00	0,03		
E	Zöldségleves sajtgaluskával	842,17	201,48	7,89	10,07	2,44	19,36	0,03	1,84		
	Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
	Zöldborsófőzelék	1 394,50	333,61	19,08	8,41	1,46	44,60	0,00	1,15		
	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		
	Harcapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		





2022.07.12.
kedd

00101
(00112)
Pépes szoc. otthon

V	Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26	
	Összesen:	7 928,70	1 896,82	98,80		17,67	293,43	46,49	18,73	
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	
	Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
	Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58	
T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
	Tejf.burgonyafőzelék diétás	1 078,05	257,91	7,23	2,95	1,55	49,50	0,66	2,70	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	8 682,59	2 077,18	75,33		16,48	274,04	69,64	12,84	





2022.07.12.

kedd

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06	
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
T	Sárgadinnye	253,71	60,70	0,45	0,15	0,00	14,25	0,00	0,03	
E	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14	
	Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19	
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	7 628,65	1 825,03	72,97		12,17	277,54	47,50	15,80	





2022.07.12.
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		
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,51	88,91	0,00	3,40		
	T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
	E	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	7 558,87	1 808,33	75,48		12,23	291,54	61,61	14,27			
(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	Gyümölcsle 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		





2022.07.12.

kedd

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12					
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19					
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68					
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00					
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18					
		Összesen:	7 306,44	1 747,95	54,13		9,79	230,65	64,99	6,69					
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06				
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
		T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01				
		E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33				
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20				
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68					
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		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:	7 968,63	1 906,37	77,29		13,13	283,85	64,50	14,36						





2022.07.12.
kedd

		(00122) Epés pépes szoc. otthon												
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
		Daráltvirslí	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	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01				
	E	Zöldbabbpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33				
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21				
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		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:	7 342,23	1 756,51	72,12		12,28	277,48	64,61	11,74				
	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				
		Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06				
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84				





2022.07.12.

kedd

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	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	Zöldbaleves diab.*mirelit*	707,26	169,20	5,56	7,32	1,75	19,84	0,50	3,14		
		Paprikásburgonya diab.	1 860,21	445,03	26,49	17,88	4,00	43,23	0,00	4,17		
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
	U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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		
		Összesen:	6 248,22	1 305,75	70,49		15,82	179,61	3,72	13,63		
	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
		Zsemle, vizes	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		Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12		





2022.07.12.
kedd

(00139) Cukros pépes szoc. otthon	E	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67		
	U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
		Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
		Összesen:	5 656,33	1 101,13	66,54		11,85	185,66	1,74	11,07		
	(00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Sárgadinnye	253,71	60,70	0,45	0,15	0,00	14,25	0,00	0,03	
		E	Zöldbaleves *mirelitből	638,24	152,69	5,36	5,55	0,62	19,96	0,00	2,83	
		Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19		
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:	7 755,11	1 855,29	73,20		12,35	282,25	48,50	12,19		

















2022.07.12.

kedd











(00191)

Cukros-epés-purinszegény

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06	    		
	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		
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	   	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
		Diab.burgonyafozelek	887,63	212,35	6,19	0,51	0,05	44,84	0,00	2,67		
	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	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		
	Összesen:		5 837,66	1 396,58	69,38		11,83	187,44	2,76	13,22		





2022.07.12. kedd (00192) Húsmentes szoc. otthon											
2022.07.12. kedd (00192) Húsmentes szoc. otthon	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	 
		Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58	
	T	Sárgadinnye	253,71	60,69	0,45	0,15	0,00	14,25	0,00	0,02	
	E	Zöldbableves *mirelitből	894,05	213,89	8,64	6,14	0,67	30,42	0,00	3,16	  
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
		Tejf.burgonyafőzelék diétás	1 078,05	257,91	7,23	2,95	1,55	49,50	0,66	2,70	 
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tönköly kenyér	160,01	38,28	13,98	3,22	1,02	67,50	0,49	9,26	
	Összesen:	5 431,68	1 299,44	49,00		9,78	276,38	49,14	17,27		
2022.07.13. szerda (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94	





2022.07.13.
szerda

(00101) Normál szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zöldbableves *mirelitből	894,05	213,89	8,64	6,14	0,67	30,42	0,00	3,16	
		Lecsós sertésszelet	3 063,92	733,00	18,81	68,37	22,02	9,70	0,00	1,63	
		Tarhonya köret	2 039,44	487,91	16,57	10,73	1,48	80,68	0,00	2,16	
	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	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Retek jégcsap	23,60	5,64	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	11 519,26	2 755,81	81,31		32,18	295,17	54,24	12,47	
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
Kefír, 140 g			1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
Vajas jellegű kifli			1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94	
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Sárgarépa főzelékpüré (friss)	1 127,45	269,73	6,49	10,61	1,53	36,22	5,99	3,65	
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00		





2022.07.13.
szerda

		00112									
Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Összesen:	8 150,64	1 949,92	65,64		12,93	244,12	60,23	15,27	
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Retek jégcsap	23,60	5,64	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	6 659,86	1 593,27	61,56		8,21	257,97	67,19	15,40	





2022.07.13.

szerda

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
	Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Finom májas	672,80	160,96	10,76	10,48	3,12	5,24	0,00	2,00	
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
Összesen:		6 215,20	1 486,90	61,95		8,33	233,71	67,19	12,46	





2022.07.13.

szerda

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Zellerkrémleves (frissből)	768,94	183,96	4,89	9,02	2,23	20,32	0,66	3,46	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Sárgarépa főzelékpüré (friss)	1 127,45	269,73	6,49	10,61	1,53	36,22	5,99	3,65		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
Kefír, 140 g		1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
Összesen:		6 490,02	1 552,64	46,80		11,31	171,75	74,34	7,83			
(00121)	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		





2022.07.13.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95			
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15			
		Sárgarépa főz.tejmentes (friss)	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55	 		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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:	7 647,18	1 829,47	79,04		13,21	257,10	52,70	17,87			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Sárgarépa főz.püré (friss) TM.	1 026,02	245,46	4,79	9,86	1,13	33,57	5,99	3,58			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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:	7 763,45	1 857,29	78,71		13,42	260,23	58,69	15,90				





2022.07.13.

szerda

(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	
	Vajas jellegű kifli	943,52	225,72	7,31	2,34	1,19	40,37	2,10	0,71	
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	
	Vajas jellegű kifli	314,51	75,24	2,44	0,78	0,40	13,46	0,70	0,24	
E	Zellerkrémleves (frissből)	821,83	196,61	3,94	12,00	2,04	17,47	0,38	1,36	
	Sertés vetrece	1 463,74	350,18	29,29	21,34	5,56	9,78	0,33	3,29	
	Szarvacska tészta	1 246,41	298,18	10,50	5,63	0,80	51,03	0,00	1,12	
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	
	Finom májas	672,80	160,96	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	





2022.07.13.
szerda

00130	V	Retek jégcsap	23,60	5,64	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	7 924,09	1 706,67	77,62		16,66	183,05	10,13	9,80	
(00139) Cukros pépes 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	
		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	
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	E	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Sárgarépa főz.püré (friss) TM.	1 026,02	245,46	4,79	9,86	1,13	33,57	5,99	3,58	
	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	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	6 783,35	1 622,83	63,05		11,46	173,13	14,87	11,32	





2022.07.13.
szerda

(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Sárgarépa főz.tejmentes (friss)	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	7 647,18	1 829,47	79,04		13,21	257,10	52,70	17,87		
	(00191) Cukros-epés-purinszegegy	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	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		
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		





2022.07.13.

szerda

(00191) Cukros-epés-purinszegény	E	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20			
		Sárgarépa főzelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	 		
	U	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			
	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	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	6 788,95	1 624,17	84,97		15,57	187,97	8,29	14,54			
	(00192) Húsmentes 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		
			Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Köménymag leves zsemle kocka	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		
		Sárgarépa főzelék *mir.*	721,85	172,69	5,89	1,26	0,47	33,78	5,99	2,60	 		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
		Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 		





2022.07.14.		(00192)		Lifimonta		V		Kenyér, félbarna		1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
								Retek jégcsap		23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
								Összesen:		7 047,16	1 685,92	70,40		25,36	216,94	57,47	12,31		
2022.07.14.		(00101)		Normál szoc.otthon		R		Citromos tea		518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
								Tej 2 dl.		405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
								Teljes kiőrlésű fahéjas csiga		3 394,16	812,00	13,18	19,46	13,14	110,44	45,64	1,00		
						T		Alma		145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
						E		Zellerkrémleves (frissből)		760,20	181,87	4,92	8,43	1,84	20,51	0,60	3,10		
								Párizsi csirkemell		1 290,97	308,84	33,53	13,91	2,00	12,02	0,00	2,25		
								Zöldséges rizs		1 598,26	382,36	7,57	11,69	1,35	61,20	0,00	2,42		
								Trópusi gyümölcs konzerv		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
						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		1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,45	78,45	0,00	3,00		
								Zöldhagyma db		27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00		
								Összesen:		11 215,02	2 683,02	92,26		31,62	348,35	91,64	14,29		





2022.07.14. csütörtök	Pépes szoc. otthon (00112)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Kalács kakaós 500g	1 458,82	349,00	11,66	5,28	3,38	54,50	3,54	0,85	
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		E	Daragaluska leves	989,26	236,67	6,53	10,46	1,26	28,60	0,00	2,84	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	
			Tökfözelék 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	
			Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
			Összesen:	7 507,34	1 796,02	72,43		16,73	245,86	49,91	13,11	





2022.07.14.
csütörtök

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
		Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	0,36	62,76	0,00	2,40	
		Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
	Összesen:		7 795,39	1 864,93	71,84		18,45	248,46	61,77	13,66	





2022.07.14.
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				
			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				
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02				
		E	Daragaluska leves	885,74	211,90	5,62	9,34	1,16	26,00	0,00	2,43				
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31				
			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				
			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				
			Összesen:	7 221,36	1 727,60	70,35		6,14	268,03	61,61	14,68				
		(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	Ivójoghurt			694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49				





2022.07.14.
csütörtök

Folyékony pépes szoc.otthon (00115)	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75					
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82					
		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	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:		9 437,47	2 257,78	89,08		30,60	212,88	79,03	9,76					
	Epés szoc.otthon (00121)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
Minimargarin 20g			188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00					
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
T		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02					
E		Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75					
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31					
		Tökfőzelék 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					
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61					





2022.07.14.
csütörtök

Epés pépes szoc. otthon	00121	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	7 389,05	1 767,71	66,05		11,17	274,06	64,68	13,80	
	00122	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	
			Tökfőzelék 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 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:	7 389,05	1 767,71	66,05		11,17	274,06	64,68	13,80	





2022.07.14.
csütörtök

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	Daragaluska leves diab.	652,37	156,07	3,73	8,72	1,04	15,41	0,00	2,42	
		Majorannás aprópecsenye	1 345,99	322,01	25,56	23,05	4,98	2,67	0,00	2,00	
		Burgonyafőzelék diab.	1 210,43	289,58	6,17	9,80	1,10	43,24	0,00	3,32	
	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	
		Főtt császárszalonna	1 193,81	285,60	10,40	26,40	11,20	1,60	0,40	2,24	
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
	Összesen:		7 155,01	1 522,69	71,70		20,87	179,61	1,53	12,30	





2022.07.14.
csütörtök

(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		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
		Tökfőzelék diab. TM.	485,71	116,20	4,37	0,36	0,00	23,48	0,00	2,03	
	U	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	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tej 2 dl.		405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
Darált párizsi		785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		





2022.07.14.
csütörtök

00139	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	6 751,63	1 615,23	78,06		15,79	190,85	2,74	11,12		
	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		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
			Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
	Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 617,31	1 822,32	70,51		13,20	255,56	64,68	11,30		





2022.07.14.
csütörtök

(00191)
Cukros-epés-purinszegény

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Csirkemell sonka	615,29	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Korpovit keksz	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	0,02	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
		Diab. almabefőtt	116,65	27,91	0,18	0,18	0,00	6,15	0,00	0,16	
	U	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	
	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	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		7 775,32	1 860,15	92,92		14,61	183,56	11,62	13,53	





2022.07.14. csütörtök (00192) Húsmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Kalács kakaós 500g	1 458,82	349,00	11,66	5,28	3,38	54,50	3,54	0,85	
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	
		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	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		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	
		Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00	
		Összesen:	6 807,66	1 628,62	60,17		15,12	248,63	51,04	9,95	
	2022.07.15. péntek (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
		Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48	





2022.07.15.
péntek

(00101) Normál szoc.otthon	R	Korpás kenyér	2 006,40	480,00	17,66	2,43	0,62	94,29	2,46	2,09	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Gombaleves	950,96	227,50	10,28	7,37	0,98	29,57	0,00	2,58	
		Pincepörkölt	3 361,48	804,18	38,91	45,46	16,82	57,45	0,00	1,81	
		Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Kenyer, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,45	78,45	0,00	3,00	
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
		Összesen:	9 813,05	2 200,82	97,08		28,18	311,41	49,52	14,41	
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
Burgonyapure dietas 300 g.		1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		





2022.07.15.
péntek

(00112) Pépes szoc. otthon	E	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		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	8 235,75	1 970,27	79,76		15,22	317,43	79,64	12,41		
	(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	
			Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48	
			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	
			Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54	
			Parolt rizskoret 80. g.	1 618,72	387,25	7,20	8,62	1,00	69,75	0,00	1,98	
			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		
		Olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			





2022.07.15.
péntek

00113	V	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
		Összesen:	9 346,74	2 089,26	105,97		22,71	279,35	60,00	14,03			
	00114	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	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,51	88,91	0,00	3,40		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
				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	
				Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
		V	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:	8 984,44	2 149,38	87,24		20,18	308,16	59,84	18,60		





2022.07.15.
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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	7 412,96	1 773,43	73,48		11,71	215,66	84,17	6,50		
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Csirkemell sonka		615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			





2022.07.15.
péntek

(00121) Epés szoc.otthon	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	
		Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54	
		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	
		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:		8 975,27	2 147,18	108,84		11,79	290,53	64,98	11,28	
	(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 csirkemell rolád			461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
		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	





2022.07.15.
péntek

(00122) Épés	V	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	7 872,25	1 883,31	81,67		12,53	294,34	65,13	12,76			
	(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		
			Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48		
			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		
			Grill csirkecomb	1 204,28	288,10	37,84	14,07	2,89	2,20	0,00	2,40		
			Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53		
			Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33		
		U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
		V	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			
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			





2022.07.15.
péntek

00130	V	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		Összesen:	7 742,28	1 453,36	82,77		17,31	178,85	9,63	10,59		
	Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
		E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
			Burgonyapüré	932,88	223,18	6,13	3,40	1,51	41,17	0,02	1,38	
		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:	5 837,91	1 144,58	73,89		11,41	187,52	3,65	10,81		





2022.07.15.
péntek

(00165)

Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
	Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54	
	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	
	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	
	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
Összesen:		10 060,83	2 406,88	98,64		15,47	297,01	71,10	9,39	





2022.07.15.

péntek

(00191)

Cukros-epés-purinszegény

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00			
	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	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89		
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
		Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53		
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,00	12,29	0,00	0,32		
	U	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,05		
	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		
		Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	Összesen:		6 171,87	1 287,48	64,50		13,71	178,26	3,75	9,84		






























2022.07.15. péntek (00192) Húsmentes szoc. otthon															
2022.07.15. péntek (00192) Húsmentes 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					
		Csészes margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12					
		Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67					
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	E	Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91					
		Halrúd	1 107,47	264,95	11,16	14,03	0,85	21,84	0,00	0,00					
		Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16					
		Almabefőtt	361,09	86,38	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					
		Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
		Kenyer, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40					
	Összesen:		9 277,80	2 219,56	54,32		8,33	317,19	68,10	8,44					
2022.07.16. szombat (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27					





2022.07.16.
szombat

		(00101) Normál szoc.otthon										
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04	 	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
		E	Fejtett bableves	1 206,65	288,67	12,98	8,09	0,93	40,52	0,00	4,16	 
			Bacon-be göngyölt virsli	1 906,92	456,20	19,80	40,40	15,76	4,40	0,90	3,96	     
			Parajfőzelék	1 027,26	245,76	9,96	12,99	2,79	21,99	0,80	3,17	  
			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	
			Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 
			Összesen:	11 349,58	2 715,21	99,06		39,84	303,22	47,92	19,70	
		R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	 	
		Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04	 	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	





2022.07.16.
szombat

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
		Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73			
		Piritott dara (80 g.)	1 353,57	323,82	7,52	6,37	0,63	58,72	0,00	2,96			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kapros túró	975,91	233,47	14,82	6,84	4,36	8,68	4,60	1,16			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
		Összesen:	9 200,76	2 201,14	97,42		10,01	339,91	75,15	14,39			
	(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		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
T		Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
E		Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
		Főtt hús	865,41	207,04	27,30	10,53	3,75	0,52	0,00	0,27			
		Meggy mártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73			
		Piritott dara (80 g.)	1 353,57	323,82	7,52	6,37	0,63	58,72	0,00	2,96			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48				





2022.07.16.
szombat

00113	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	9 455,74	2 262,15	80,42		22,97	315,52	70,95	14,35		
	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
			Meggy mártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73	
			Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Darált 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:	7 241,36	1 732,39	63,44		11,42	274,94	87,15	12,54	





2022.07.16.
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		
	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		
	E	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	
		Meggymártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73	
	V	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:		6 229,99	1 490,43	42,38		8,60	180,94	78,24	6,02	
	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		
Minijam *, 25 g		329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		

(00121)

Epés szoc.otthon





2022.07.16. szombat														
(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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 			
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25				
		Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	 			
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14				
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 			
	Összesen:			7 824,20	1 871,83	74,03		12,52	288,43	93,70	11,13			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
		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	 			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 			
	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 			
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21				
Meggymártáspüré *mir.* TM.		999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73					





2022.07.16. szombat	(00122) Epés pépes szoc.	E	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	7 419,82	1 775,09	68,54		10,35	281,76	91,54	11,93		
	(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		
			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		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		E	Burgonyaleves zöldséges diab.	784,11	187,59	4,68	6,32	0,75	27,49	0,00	2,96	 	
			Főtt hús	865,41	207,04	27,30	10,53	3,75	0,52	0,00	0,27		
			Parajfőzelék	1 027,26	245,76	9,96	12,99	2,79	21,99	0,80	3,17	 	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
		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				
	Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48				





2022.07.16.
szombat

00130	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	9 524,51	2 278,62	94,09		33,37	189,56	10,68	13,54	
(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	
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	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	
		Meggymártáspüré diab. *mir.*	659,41	157,75	3,61	1,08	0,01	31,21	0,00	0,52	
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	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	
		Kapros túró	975,91	233,47	14,82	6,84	4,36	8,68	4,60	1,16	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Összesen:	7 024,82	1 680,58	69,37		13,18	179,41	13,10	8,91		





2022.07.16.

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 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T	Túrórudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
	Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25	
	Meggy mártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75	
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:	8 700,30	2 081,42	86,21		14,75	303,88	78,91	10,69	





2022.07.16.

szombat

(00191)

Cukros-epés-purinszegény

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,05		
E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		
	Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
	Meggymártás *mir.* TM.	659,41	157,75	3,61	1,08	0,01	31,21	0,00	0,52		
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
	Összesen:	7 213,18	1 473,59	73,95		13,71	179,24	12,45	9,02		





2022.07.16.
szombat

(00192)

Húsmentes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	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		
	Kenyér, félbarna	1 297,29	310,35	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
	T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
		Meggymártás *mirelit*	1 347,99	322,49	3,62	3,47	1,40	66,38	34,86	0,41	
		Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kapros túró	960,04	229,68	16,95	7,57	4,85	8,78	4,70	2,15	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	9 092,99	2 175,36	62,09		13,01	332,40	100,85	12,71		





2022.07.17. vasárnap		(00101) Normál szoc.otthon										
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Rozskenyér	2 006,40	480,00	17,46	2,60	0,48	95,09	1,40	2,37		
	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	 	
		Töltött paprika par.mártás	3 138,68	750,88	33,63	31,84	5,54	81,54	17,22	3,56	 	
		Sósburgonya	838,67	200,64	5,04	1,82	0,71	40,13	0,01	2,48		
	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	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,45	78,45	0,00	3,00	 	
		Összesen:	10 585,87	2 532,49	100,07		13,41	363,18	64,03	18,41		
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	 	




















2022.07.17. vasárnap		(00112) Pépes szoc. otthon											
(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	E	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	 		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 		
	Összesen:		7 838,58	1 875,24	95,36		10,17	274,21	60,03	16,24			
	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	 		
		Petrezselymes burgonya	1 697,65	406,14	8,93	9,39	1,07	69,69	0,00	1,42			
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	 		





2022.07.17.
vasárnap

00113 (00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		Összesen:	8 171,63	1 954,92	87,48		8,24	287,87	59,40	15,30		
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	    	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68		
		Almabefőtt	252,77	60,47	0,21	0,21	0,00	14,14	10,22	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	  	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		Összesen:	7 270,54	1 739,34	92,55		8,19	252,54	55,70	17,74		





2022.07.17.
vasárnap

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25			
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
			Darált 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		
	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:		8 287,78	1 982,72	77,18		25,81	212,10	80,07	8,59		
	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		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	 	





2022.07.17.
vasárnap

(00121) Epés szoc.otthon	E	Ószibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60		
		Petrezselymes burgonya	1 697,65	406,14	8,93	9,39	1,07	69,69	0,00	1,42		
	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:	8 305,06	1 986,85	94,86		13,50	283,25	48,40	13,52		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált 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:	7 730,10	1 849,30	89,92		9,93	284,64	63,00	12,61		





2022.07.17. 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			
	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			
	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	 		
E	Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	 		
	Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57	 		
	Petrezselymes burgonya	1 182,55	282,91	6,22	6,57	0,75	48,48	0,00	0,99			
	Diab. almabefőtt	116,65	27,91	0,18	0,18	0,00	6,15	0,00	0,16			
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			
	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	 		
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12			
Összesen:		6 431,87	1 286,66	79,72		8,25	185,08	1,71	13,27			





2022.07.17.

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		
	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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		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	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 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:		7 667,47	1 834,32	92,96		13,15	185,92	9,13	14,18	





2022.07.17.
vasárnap

		(00165)										
		Sószegegy szoc. otthon										
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94			
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	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 Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46			
	Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60			
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
	V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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:		9 299,01	2 224,64	109,68		27,41	278,91	48,43	15,08			
R	(00191)											
	Cukros-epés-purinszegegy											
	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94			
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
T Keserü 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				





2022.07.17.
vasárnap

		(00191)										
		Cukros-epés-purinszegény										
T	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
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			
	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	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			
	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			
	Összesen:	8 136,75	1 946,60	94,12		23,89	192,75	9,13	13,15			
		(00192)										
		Húsmentes 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	Zöldségleves tarhonyával	568,24	135,94	3,65	6,66	0,84	15,00	0,00	2,44			
	Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09			
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
	Almabefőtt	252,77	60,47	0,21	0,21	0,00	14,14	10,22	0,00			





2022.07.17. vásárnap (00192) Húsmentes szoc. csokor	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	 	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40	 	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	8 542,33	2 043,60	74,37		23,99	269,94	55,25	15,15		

.....
 élrelmezésvezet

.....
 intézményvezet

.....
 érdekképviseleti fórum

