



Tételes étlap 2021.08.16. - 2021.08.22.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.08.16. 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	1 621,62	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 Jókai bableves	2 278,66	545,13	24,15	26,26	8,78	46,86	0,39	3,83		
		Túrós batyu	4 533,10	1 084,47	39,39	38,30	12,19	143,84	34,62	2,27		
		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	2 006,40	480,00	17,66	2,43	0,62	94,29	2,46	2,09		
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
	Összesen:	13 063,47	3 125,23	129,63		29,62	416,23	82,47	14,13			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált olasz felv.	1 420,00	339,71	10,24	18,80	12,80	0,80	0,40	1,26		
Kenyér, félbarna		1 297,30	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			





2021.08.16.
hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02				
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51				
		Öszibarack mártás	987,51	236,25	3,16	2,75	1,53	48,69	24,22	0,26				
	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:	8 545,42	2 044,35	85,51		25,68	257,62	69,86	13,67				
	(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			
			Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
			Bécsi felvágott	528,00	126,32	14,40	7,20	0,00	0,24	0,00	2,00			
		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		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				
		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					





2021.08.16.

hétfő
















(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	00113	V	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
			Összesen:	7 997,16	1 913,21	88,20		13,97	260,63	68,56	14,64	
	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 zöldséglevés	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		
		Őszibarack mártás	987,51	236,25	3,16	2,75	1,53	48,69	24,22	0,26		
		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:	7 705,40	1 843,40	66,52		23,99	198,78	91,91	6,90		





2021.08.16.

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	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		
		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		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	6 982,29	1 670,40	70,96		10,95	251,12	71,96	11,10		
	(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		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	  	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  	
		Öszibarackpüre mártás D.TM.	527,09	126,10	2,21	0,30	0,03	27,80	5,57	0,23	 	





2021.08.16.
hétfő

(00122) Epés pépes 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:	6 924,13	1 656,48	70,70		11,60	243,40	54,21	11,60		
	(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	
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
		E	Olasz zöldségleves	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	232,66	55,66	0,64	0,64	0,00	11,20	0,00	0,02	
			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	
			Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82	





2021.08.16.
hétfő











(00130) Cukros 100 ~ 100	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	7 317,54	1 498,56	94,32		17,89	187,42	3,49	12,94	
(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Darált 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	4,11	12,99	0,24	3,51	
		Őszibarack mártás diab. tejm.	529,97	126,79	2,22	0,32	0,03	27,94	5,57	0,24	
	U	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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:	9 043,20	2 163,45	107,50		33,29	187,19	14,91	13,58





2021.08.16.

hétfő

(00143) Epés, húsmentes	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	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	  
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09	
		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	
		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:	6 577,41	1 573,54	36,78		4,17	290,29	104,10	6,52	
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
		Tej 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	





2021.08.16. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon												
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			
	Öszibarack mártás tejml.	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			
	Húspástétom	1 081,04	258,62	18,50	17,11	6,62	6,44	0,00	0,82			
	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:	8 123,74	1 943,48	83,54		13,29	305,56	104,14	10,45			
2021.08.17. kedd (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76			
	Kenyér, félbarna	1 297,29	310,35	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
T	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00			
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
	Csirke aprópecsenye	1 076,04	257,42	25,64	15,60	2,63	3,29	0,00	1,64			
	Burgonyafőzelék	1 720,84	411,68	8,60	14,62	1,64	60,10	0,00	1,82			
	Rozskenyér	668,80	160,00	5,82	0,86	0,16	31,69	0,46	0,79			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2021.08.17. kedd	(00101) Normál	V	Tepertős pogácsa	5 938,09	1 420,59	35,91	81,24	31,69	133,13	3,50	4,07		
			Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14		
			Összesen:	13 651,76	3 210,66	108,71		52,69	367,40	53,98	14,58		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
			Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58		
		T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		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		
			Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
			Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00		
			Összesen:	9 915,82	2 372,21	94,43		19,58	281,91	69,53	12,60		





		2021.08.17. kedd									
(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	T	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00	
	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	
		Tepertős pogácsa	5 938,09	1 420,59	35,91	81,24	31,69	133,13	3,50	4,07	
		Összesen:	11 835,32	2 776,12	93,87		42,11	339,02	50,90	16,76	
(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
	T	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	





2021.08.17.
kedd

		(00115)															
		Folyékony pépes szoc.otthon															
(00121)	Epés 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					
				Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82					
				Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00					
			Összesen:			7 647,85	1 829,62	81,97		12,17	261,11	58,55	9,33				
		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					
				Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
				T	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00				
				E	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						
	Majorannás aprópecsenye			1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82						
	Tört burgonya			1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00						
Összesen:			8 559,51	1 992,44	91,77		15,94	276,25	50,56	14,03							





2021.08.17.

kedd

(00122)

Epés pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
	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	
	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	
	Majorannás darált sertés hús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00		
Összesen:		10 408,35	2 490,03	109,27		26,97	281,46	71,19	12,78	





2021.08.17.

kedd

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  	
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Zöldbableves 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	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00	
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tepertós pogácsa	2 969,04	710,29	17,95	40,62	15,84	66,56	1,75	2,03	  
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14	 
	Összesen:		9 336,30	2 052,26	75,26		41,07	178,93	13,71	13,18	


















2021.08.17.

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		
	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		
	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	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	  
		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	Kenyér, félbarna	432,43	103,45	3,92	0,40	0,00	20,92	0,00	0,80	 
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Majorannás darált serteshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 
Tört burgonya		783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
Összesen:		8 597,84	2 056,91	100,24		26,30	185,45	7,19	12,06		





2021.08.17.

kedd

(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	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
	E	Zöldbabbpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	  	
		Halrúd	899,50	215,19	9,30	11,07	0,63	18,20	0,00	0,00		
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03	  	
		Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16		
		Összesen:	10 016,87	2 341,08	79,02		27,72	306,92	50,56	13,20		
	(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	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Nektarin	231,08	0,00	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00		
E		Zöldbableves *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		





2021.08.17. kedd	(00165) Sószegény szoc.otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
			Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00	
			Összesen:	9 750,93	2 277,47	86,43		14,60	285,68	52,94	11,68	
2021.08.18. 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	
			Vajkrém ízesített 27%	0,00	7,98	0,08	0,77	0,49	0,17	0,07	0,05	
			Kornspitz	2 100,86	502,60	21,50	10,72	4,52	73,22	1,88	4,46	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Zöldségleves sajtgaluskával	842,17	201,48	7,89	10,07	2,44	19,36	0,03	1,84	
			Sertés vetrece	1 463,74	350,18	29,29	21,34	5,56	9,78	0,33	3,29	
			Szarvacska tészta	1 620,07	387,58	13,50	7,70	1,09	65,61	0,00	1,54	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Abált szalonna	2 328,48	557,05	7,20	58,40	22,12	0,00	0,00	2,80	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
	Összesen:	11 922,75	2 860,32	95,81		39,16	282,40	53,75	16,56			





2021.08.18. szerda (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		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 zsemlekocta	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		
		Darált párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61		
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40		
		Összesen:	7 797,00	1 865,31	70,61		15,60	272,89	55,53	16,60		





2021.08.18.

szerda

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20				
	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	0,00	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	Köménymag leves zsemlekočka	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			
		Abált szalonna	2 328,48	557,05	7,20	58,40	22,13	0,00	0,00	2,80			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00			
	Összesen:		8 418,00	2 013,88	55,64		29,39	241,30	67,19	16,00			





2021.08.18.
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		
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14	 	
		Összesen:	5 781,93	1 383,24	46,38		18,87	169,93	72,52	7,79		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kétféle 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 zsemle kocka	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		





2021.08.18.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	E	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			
		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:	7 589,68	1 815,71	78,93		14,17	252,61	53,10	17,46			
	(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	Köménymag leves zsemle kocka	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			
		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:	7 876,49	1 884,33	75,95		16,06	256,75	59,09	15,51				





2021.08.18.

szerda

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Vajkrém ízesített 27%	0,00	7,98	0,08	0,77	0,49	0,17	0,07	0,05	
	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	0,06	
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	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	
	Abált szalonna	2 328,48	557,05	7,20	58,40	22,13	0,00	0,00	2,80	
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
	Összesen:	11 049,56	2 399,36	80,20		37,43	193,09	14,97	11,32	





2021.08.18. szerda	(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	
			Vajkrém ízesített 27%	0,00	7,98	0,08	0,77	0,49	0,17	0,07	0,05	
			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 zsemlelecko	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	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 párizsi	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,61	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	8 504,86	2 042,65	67,01		17,64	181,49	22,15	11,52		
	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.08.18.
szerda

(00143) Epés, húsmentes	R	Kéfires túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Túrófasírt	1 596,58	381,95	25,52	20,66	7,55	23,12	4,63	1,51	 	
		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		
		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:	8 916,68	2 133,17	95,79		30,07	252,65	57,33	16,17			
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kéfires túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	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	 	





2021.08.18. szersza (00165) Sószegény szoc.otthon	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		
		Összesen:	7 589,68	1 815,71	78,93		14,17	252,61	53,10	17,46		
2021.08.19. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28		
		Teljes kiőrlésű fahéjas csiga	3 394,16	812,00	13,18	19,46	13,14	110,44	45,64	1,00		
	T	Görögdinnye	325,26	77,81	1,25	0,50	0,00	16,25	0,00	0,03		
	E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42		
		Paprikás burgonya kolbásszal	2 260,53	540,80	20,00	19,96	5,21	68,72	0,50	3,87		
		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		
		Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00		
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
	Összesen:	10 297,70	2 463,57	68,04		25,99	369,07	113,18	14,04			





2021.08.19.
csütörtök

(00112)

Pépes 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		
	T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
	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	3,15	14,50	0,00	3,31	
		Cukkinifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	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	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00	
	Összesen:		7 839,25	1 875,42	74,78		16,80	266,24	64,60	11,00	





2021.08.19.
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		
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	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	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
	T	Görögdinnye	325,26	77,81	1,25	0,50	0,00	16,25	0,00	0,03	
	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	
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99	
	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	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	8 906,98	2 130,86	74,26		23,07	258,18	61,77	11,86	





2021.08.19. csütörtök		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon										
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
	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		
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	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:		9 251,33	2 213,24	87,25		27,66	208,18	81,32	8,28		
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			



















2021.08.19.
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	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	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		
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99		
	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		
		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		
	Összesen:			8 973,91	2 146,87	86,35		24,68	270,74	78,28	10,77	
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
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		
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99		





2021.08.19. csütörtök	(00122) Epés pépes szoc. otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 
			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:	11 637,69	2 784,14	105,77		27,68	267,90	75,20	12,51	
	(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	
			Sós kalács	910,41	217,80	7,14	2,16	0,71	40,34	3,02	2,34	
		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	
			Sós kalács	303,47	72,60	2,38	0,72	0,24	13,45	1,01	0,78	
		E	Daragaluska leves diab.	652,37	156,07	3,73	8,72	1,04	15,41	0,00	2,42	  
			Paprikás burgonya kolbással*d	1 707,70	408,54	15,17	16,91	4,26	47,84	0,40	3,35	  
			Kovászos uborka	47,66	11,40	0,97	0,09	0,00	1,64	0,00	2,98	
U		Görögdinnye	260,21	62,25	1,00	0,40	0,00	13,00	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	 		





2021.08.19.
csütörtök

		(00130)										
		Cukros										
		100g										
V	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
Összesen:		5 626,52	1 157,02	51,48		13,34	182,26	6,49	13,46			
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	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	21,21	5,07	0,17	0,17	0,02	0,72	0,07	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			
	Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99			
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			
	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:		8 076,26	1 932,13	84,85		15,21	181,45	12,32	11,02			





2021.08.19. csütörtök		(00143) Epés, húsmentes										
(00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	 	
		Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03		
		Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	0,00	0,99		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 	
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		7 451,32	1 782,61	45,64		10,51	283,09	80,34	8,32			
(00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		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		





2021.08.19. csütörtök	Sószegény szoc. otthon (00165)	T	Görögdinnye	325,26	77,81	1,25	0,50	0,00	16,25	0,00	0,03	
		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	
			Cukkínifőzelék tejmentes	876,12	209,60	6,25	8,61	0,85	26,52	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	
			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	
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Összesen:	8 151,32	1 950,07	72,22		12,52	276,31	64,28	9,24	
2021.08.20. péntek	Normál szoc.otthon (00101)	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bundás kenyér	2 235,22	534,74	18,78	22,75	3,36	63,07	0,00	2,58	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Gyümölcsleves	632,46	151,31	2,18	2,70	1,52	29,04	17,36	0,17	
			Rántott sertésszelet	1 791,71	428,64	29,70	25,10	5,36	20,47	0,00	1,61	
			Kukoricás rizsköret	2 039,74	487,98	10,12	10,30	1,22	88,12	0,00	2,97	
			Vágott vegyes savanyú konzerv.	58,99	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,88	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2021.08.20.
péntek

(00101) Normál otthon	V	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	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:	9 483,11	2 268,69	80,34		11,47	330,55	62,36	11,21		
	(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	
			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	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	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			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	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
		Összesen:	9 913,49	2 371,65	84,26		23,42	294,76	76,33	14,70		





2021.08.20.

péntek

(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Bundás kenyér	2 235,22	534,74	18,78	22,75	3,36	63,07	0,00	2,58		
	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		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Kenyer, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
		Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00		
		Összesen:	8 556,93	2 047,10	97,45		8,15	279,22	59,60	11,46		
	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.08.20.

péntek

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	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		361,09	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		
		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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Összesen:		7 412,95	1 773,42	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		
Harcspástétom, zöldfűszeres		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		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		





2021.08.20. péntek		(00121) Epés szoc.otthon		E		Grill csirkecomb		1 512,63		361,87		50,18		17,14		3,68		1,35		0,00		2,54			
								1 958,68		468,58		7,20		17,62		2,03		69,75		0,00		1,16			
						Párolt rizs		1 958,68		468,58		7,20		17,62		2,03		69,75		0,00		1,16			
								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			
								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			
								8 731,99		2 088,98		96,54		12,49		289,29		63,00		10,35					
				R		Citromos tea		259,29		62,03		0,13		0,03		0,00		15,02		15,00		0,00			
								0,00		0,00		0,00		0,00		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			
								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			
								428,59		102,53		5,47		2,68		0,10		14,09		0,00		1,96			
				E		Húspuding		1 083,44		259,20		24,27		12,81		4,28		11,26		0,20		3,12			
								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			
								259,29		62,03		0,13		0,03		0,00		15,02		15,00		0,00			
				V		Citromos tea		259,29		62,03		0,13		0,03		0,00		15,02		15,00		0,00			
								785,84		188,00		8,00		16,88		5,76		1,76		0,40		1,61			





2021.08.20. péntek	00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	7 782,80	1 861,91	73,07		13,27	293,26	63,23	12,35		
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Bundás zsemle	1 726,10	412,94	11,41	16,64	2,40	52,53	1,13	4,17		
		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		
			Rántott sertésszelet	1 791,71	428,64	29,70	25,10	5,36	20,47	0,00	1,61		
			Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53		
			Vágott vegyes savanyú konzerv.	29,50	7,06	0,55	0,10	0,00	1,70	0,00	0,44		
		U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
			Zöldhagyma db	27,00	6,46	0,37	0,04	0,01	1,47	0,00	0,00		
		Összesen:	8 257,69	1 723,47	71,05		14,08	181,97	7,57	10,94			





2021.08.20. 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		
			Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			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			
		Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Összesen:	6 082,17	1 203,02	68,25		15,55	184,92	1,35	12,15			
	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.08.20. péntek													
(00143) Epés, húsmentes	R	Harcspástétom, zöldsűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	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			
		Rántott karfiol	576,00	137,80	2,16	6,30	0,00	17,10	0,00	0,00			
		Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16			
		Almabefőtt	361,10	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			
		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			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
	Összesen:	8 775,28	2 099,34	44,80		5,99	325,92	85,24	6,38				
(00165) Sószegegy 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			
		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			
		Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54			





2021.08.20. péntek (00165)	Sószegény szoc. otthon	E	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	
			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	
			Összesen:	9 900,85	2 368,61	92,82		10,57	310,17	85,24	8,92	
2021.08.21. 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 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
			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	0,00	62,76	0,00	2,40	
		T	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		E	Húsleves	794,37	190,04	9,84	10,24	1,76	14,21	0,00	2,00	
			Bacon-be göngyölt virsli	1 906,92	456,20	19,80	40,40	15,76	4,40	0,90	3,96	
			Zöldborsófőzelék	1 394,50	333,61	19,08	8,41	1,46	44,60	0,00	1,15	
			Korpás kenyér	668,80	160,00	5,88	0,81	0,20	31,43	0,82	0,69	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2021.08.21. szombat	(00101) Normál otthon	V	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	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	9 732,59	2 181,58	97,54		27,43	291,24	46,72	14,64		
	(00112) Pépes 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		
			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	0,00	62,76	0,00	2,40		
		T	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
			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	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	8 741,87	2 091,36	93,22		9,29	329,71	75,15	14,39		





2021.08.21.

szombat

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	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	0,00	62,76	0,00	2,40		
T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
E	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		
	Meggymártás *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		
	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	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:	8 482,10	1 882,44	73,77		13,16	312,22	70,55	13,55		






















2021.08.21. 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		
		T	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		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 (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56		
		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:	5 736,64	1 372,40	41,08		9,93	156,99	75,77	3,88			
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		





2021.08.21.
szombat

(00121) Epés szoc.otthon	R	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	 		
	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	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
		Összesen:	7 563,45	1 809,45	78,67		15,70	265,66	77,97	12,44			
	(00122) Epés pépes 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	 	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
T		Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
E		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			























2021.08.21. szombat		(00122) Epés pépes szoc.											
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	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	0,00	62,76	0,00	2,40		
	Összesen:		7 315,41	1 750,11	73,92		13,63	264,77	77,31	12,38			
	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			
		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		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		E	Tarhonyaleves diab.	821,87	196,62	4,02	11,09	2,71	19,64	0,00	2,04		
			Rakott karfiol bulgur	2 040,11	488,06	32,43	24,17	8,40	35,89	1,98	1,61		
U		Korpvit 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				
	Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48				




















2021.08.21. szombat	00130	V Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	7 946,84	1 754,37	75,59		22,23	185,37	10,86	8,11		
	Cukros pépes szoc. otthon (00139)	R Keszű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		 
		Kenyér, félbarna	864,86	206,91	7,84	0,80	0,00	41,84	0,00	1,60		 
		T Keszű 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		
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60		 
		E Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		    
		Darált serteshűs	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Meggymártáspűré 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 Keszű 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		
	Kenyér, félbarna	864,86	206,91	7,84	0,80	0,00	41,84	0,00	1,60		 	
	Összesen:	7 227,44	1 729,08	72,88		14,94	178,22	12,07	10,65			
























2021.08.21. szombat	(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	 
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
			Burgonyakrokkett	841,58	201,33	3,09	7,38	1,23	30,41	0,00	0,07	
			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	
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
		Összesen:	7 606,19	1 819,67	56,56		13,47	295,59	77,97	12,26		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			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	





2021.08.21. szombat (00165)	Sószegevény szoc. otthon	T	Zabkeksz	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		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	8 241,41	1 971,64	82,01		14,75	293,68	78,91	10,69		
		2021.08.22. vasárnap (00101)	Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
	Tojásrántotta			1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33	 	
	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	Paradicsomleves			1 138,55	272,38	6,50	9,02	0,99	40,94	12,49	1,65	  	
	Rakott székely káposzta			2 199,00	526,08	25,81	31,51	11,34	32,13	2,03	3,63	   	
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	  	





2021.08.22. vasárnap	00101	V	Kenyér, félbarna	1 621,62	387,95	14,70	1,50	0,00	78,45	0,00	3,00	
			Összesen:	9 130,53	2 184,33	88,13		18,01	297,40	61,32	16,22	
	00112	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	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	
			Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	
	Kenyér, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
			Összesen:	7 845,27	1 876,85	96,41		9,28	274,07	59,95	14,00	





2021.08.22.
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		
	Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
		Rozmaringos sült csirkecomb	1 784,42	426,89	53,63	22,64	4,42	1,64	0,00	2,16	
		Petrezselymes burgonya	1 697,65	406,14	8,93	9,39	1,07	69,69	0,00	1,42	
		Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
Kenyér, félbarna		1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
Összesen:		8 729,22	2 088,31	116,31		10,79	265,13	45,40	16,80		





2021.08.22. vasárnap		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon														
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27						
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25						
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00						
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		E	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						





2021.08.22.
vásárnap

2021.08.22. vásárnap	(00121) Epés szoc.otthon	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96				
			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				
			Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08				
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
			Összesen:	8 370,46	2 002,49	101,41		13,92	274,57	48,35	14,52				
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
			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				
			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 csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56						





2021.08.22.
vasárnap

00122
(00130)
Cukros 180 g CH szoc.otthon

V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	9 898,53	2 368,07	109,58		21,69	285,51	69,28	12,83		
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33		
	Zsemle, vizes	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 diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89		
	Rozmaringos sült csirkecomb	1 784,42	426,89	53,63	22,64	4,42	1,64	0,00	2,16		
	Petrezselymes burgonya	1 182,55	282,91	6,22	6,57	0,75	48,48	0,00	0,99		
	Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
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		
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
	Korpás zsemle	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
	Összesen:	7 308,09	1 496,28	113,31		10,15	175,77	1,45	13,66		






















2021.08.22.
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		
	Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	    	
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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 csirkemell rolád		461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	   	
Zsemle, vizes		1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
Összesen:		7 520,33	1 799,13	90,31		12,94	185,62	8,97	11,42		














2021.08.22.
vasárnap

(00143)

Epés, húsmentes

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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  
	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	
	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	
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
Összesen:		8 574,92	2 051,41	67,46		22,22	305,17	78,28	9,92	





2021.08.22.
vasárnap

(00165)
Sószegény 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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  
			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		
		Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	  	
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		9 195,86	2 199,96	114,73		25,60	271,96	48,35	15,42			

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

