



Tételes étlap 2021.09.13. - 2021.09.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.09.13. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 3dl	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Sajtos rúd	2 875,84	688,00	12,54	23,66	16,62	62,58	1,24	3,92		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Aratóleves	1 724,83	412,64	19,13	25,37	10,07	22,50	0,76	4,93		
		Mákos tészta	1 780,59	425,98	15,00	8,04	1,15	72,90	0,00	1,85		
		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		
		Korpás kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
		Összesen:	9 986,40	2 242,30	79,65		35,18	296,27	48,97	14,25		
(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			
	Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24			
	Kenyer, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			





2021.09.13.
hétfő

(00112)	Pépes szoc. otthon	E	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				
			Szendvicsskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40				
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40				
		Összesen:	7 836,44	1 874,74	83,93		17,43	271,80	71,00	15,63					
	(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			
				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					
		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:	6 974,87	1 521,85	77,49		7,95	254,96	68,56	15,10						





2021.09.13.

hétfő

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	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	
		Öszibarack 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	
		Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		Összesen:	6 628,51	1 585,77	45,74		10,42	204,95	109,96	4,76	
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00





2021.09.13.
hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	R	Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	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				
		Párizsi, sertés	785,84	188,00	8,00	16,88	5,76	1,76	0,40	1,60				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	Összesen:		7 031,57	1 682,19	74,52		11,67	253,97	72,36	13,18				
(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 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				
	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				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				





2021.09.13.
hétfő

(00122) Epés szoc.	V	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:	6 745,36	1 613,71	69,39		6,56	260,98	69,21	12,08		
	(00125) Epés tejsentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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 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		
		Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	6 983,64	1 670,72	75,36		10,62	256,10	71,96	12,80			





2021.09.13.

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		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Sajtos rúd	2 156,88	516,00	9,41	17,75	12,47	46,94	0,93	2,94		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajtos rúd	718,96	172,00	3,14	5,92	4,16	15,65	0,31	0,98	
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
		Őszibarack mártás diab.	641,99	153,59	2,76	2,72	1,53	28,60	6,23	0,26	
	U	Korpovit keksz	31,81	7,61	0,26	0,25	0,02	1,08	0,11	0,04	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	
	Összesen:		8 432,17	1 870,50	66,34		30,78	181,40	15,35	13,18	





2021.09.13.

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		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Darált sonka felv.	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Olasz zöldségleves	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	
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,00	15,69	0,00	0,60	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Szendvicsskrém	892,55	213,53	8,00	19,25	7,85	2,08	1,14	1,40	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		7 343,18	1 756,75	94,30		26,99	194,64	9,61	15,06	



2021.09.13.
hétfő

(00143) Epés, húsmentes	R	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		
	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		
		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:	6 940,89	1 660,50	54,50		12,64	259,25	78,32	8,03		
	(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		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		





2021.09.13. hétfő (00165)	Sószegény szoc. otthon	E	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		
			Májusi csemege	613,57	0,00	8,27	11,70	4,41	1,90	0,00	1,48		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	7 632,67	1 679,21	72,87		11,07	299,97	104,14	11,11				
2021.09.14. kedd (00101)	Normál 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		
			Kukoricás kenyér	1 630,20	390,00	13,62	1,70	0,46	77,92	2,00	2,10		
		T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		E	Zöldborsós raguleves	1 107,90	265,05	18,56	12,08	1,93	19,92	0,00	2,46		
			Tejberizs	2 813,99	673,20	21,66	10,08	5,14	123,38	25,00	1,43		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Sós kalács	1 213,88	290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12		
	Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14				
	Összesen:	8 887,24	2 126,13	73,43		23,87	334,04	82,70	9,72				





2021.09.14. kedd (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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	
		Kukoricás kenyér	1 630,20	390,00	13,62	1,70	0,46	77,92	2,00	2,10	
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	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	
		Sós kalács	1 213,88	290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12	
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14	 
		Összesen:	9 798,32	2 344,10	87,81		34,21	272,54	64,74	13,74	





2021.09.14.

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			
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40			
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	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		
		Füst. sertés kolbász	1 929,49	461,60	14,96	35,60	16,40	5,28	0,40	2,48		
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		9 612,22	2 299,57	89,32		25,27	274,77	49,22	17,24			
		(00115)										
		Folyékony pépes szoc.otthon										
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
T	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00			












2021.09.14. 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		
			Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14		
			Összesen:	6 637,58	1 587,94	40,75		16,71	186,87	57,35	6,32		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Szeletelt sajt	865,26	207,00	14,04	16,74	11,34	0,00	0,00	1,20		
			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	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
		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			
	Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21				





2021.09.14.

kedd

(00121) Epés pépes szoc. otthon	V	Sós kalács	1 213,88	290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12	
		Összesen:	9 180,72	2 196,34	80,01		22,15	263,61	59,24	15,42	
	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	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	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	
		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	
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Sós kalács	1 213,88	290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12	
		Összesen:	10 209,37	2 442,43	86,78		25,01	264,21	65,68	13,23	





2021.09.14.

kedd

(00125)

Epés tejmentes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Csirkemell sonka	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08		
	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	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
		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	
		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:		8 439,86	2 019,10	87,27		12,95	274,05	50,72	16,00	





2021.09.14.

kedd

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Szeletelt sajt	1 153,68	276,00	18,72	22,32	15,12	0,00	0,00	1,60		
	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	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	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	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	
		Sós kalács	1 213,88	290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12	
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14	
	Összesen:		7 286,84	1 491,21	76,13		33,86	184,62	9,14	14,65	


















2021.09.14.

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			
	Korpás zsemle	790,21	0,00	8,01	1,15	0,10	36,42	0,00	0,84			
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	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	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		
		Tejföl 12 % poh. 140 g	784,17	187,60	3,78	16,80	10,50	4,62	4,62	0,14	 	
		Sós kalács	1 213,88	290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12		
Összesen:		8 312,51	1 736,59	83,76		32,37	196,32	15,08	12,55			

















2021.09.14. kedd	(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
			Szeletelt sajt	865,26	207,00	14,04	16,74	11,34	0,00	0,00	1,20			
			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	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
		E	Zöldbabbpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33			
			Rántott karfiol mirelit	1 131,17	270,62	2,40	19,99	1,48	19,00	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			
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
		Sós kalács	1 213,88	290,40	9,52	2,88	0,94	53,78	4,02	3,12				
		Összesen:	9 017,48	2 157,29	55,58		19,25	274,81	58,96	12,19				
	(00165) Sószegény 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				
		Kukoricás kenyér	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				





2021.09.14. kedd (00165) Sószegény szoc. otthon	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	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	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18	
		Összesen:	9 332,51	2 232,66	57,59		16,93	248,18	73,92	8,72	
2021.09.15. szerda (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
		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	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53	  
		Vasi pecsenye	3 524,60	843,21	19,73	78,84	23,37	12,68	0,00	1,32	 
		Lencsefőzelék	2 051,43	490,77	28,81	9,73	0,85	71,42	4,00	2,05	  
		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	
		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	0,00	62,76	0,00	2,40	 	





2021.09.15.
szerda

Pépes szoc. otthon (00112)	00101	V	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,39	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
			Összesen:	11 572,92	2 768,63	105,97		32,65	326,63	56,63	11,00	
	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	Zellerkrémleves (frissből)	1 220,29	291,94	6,59	16,06	2,77	29,06	0,60	3,31		
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Sárgarépa főzelék *mirelitből	553,26	132,36	4,07	0,49	0,06	27,33	3,00	2,50		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 837,84	439,67	16,66	1,70	0,00	88,91	0,00	3,40		
		Összesen:	7 924,52	1 895,81	79,30		13,47	284,04	55,08	15,09		





2021.09.15.

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		
	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	0,00	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 zsemlekocta	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20		
	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		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,39	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
Összesen:		6 304,99	1 508,37	58,17		6,13	229,01	67,19	13,05		





2021.09.15.

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		
	Tehéntúró félzsiros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	
	V	Sárgarépafőz.diab.*mirelitből	796,57	190,57	5,89	5,90	1,00	27,79	0,00	2,60	
		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
Összesen:		7 588,40	1 815,41	73,41		27,04	163,90	70,15	8,71		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		





2021.09.15.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		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	
		Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 433,68	1 778,40	76,74		10,99	252,14	73,69	12,87	
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
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 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 *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53	
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		





2021.09.15.
szerda

00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	6 983,55	1 670,71	70,35		9,23	254,02	58,69	12,85	
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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:	6 799,10	1 626,58	61,34		7,04	249,43	70,19	11,76	





2021.09.15.

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	
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
T	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	
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28	
E	Zellerkrémleves (frissből)	768,94	183,96	4,89	9,02	2,23	20,32	0,66	3,46	
	Rakott karfiol bulgur	2 040,11	488,06	32,43	24,17	8,40	35,89	1,98	1,61	
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	
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,39	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
	Összesen:	7 734,32	1 598,25	82,30		21,55	178,53	15,05	8,90	





2021.09.15. 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	
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
		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	
		Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	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.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Abonett	287,16	68,70	3,67	0,47	0,06	12,36	0,00	0,00	
	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	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 406,22	1 771,84	82,65		16,44	185,11	13,92	9,90	





2021.09.15.
szerda

		(00143) Epés, húsmentes									
(00143) Epés, húsmentes	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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 zsemlekočka	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.* 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	
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:	6 357,34	1 520,90	48,36		7,79	247,05	73,69	9,76		
(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	Zellerkrémleves (frissből)	611,51	146,29	3,39	7,98	1,78	14,84	0,63	4,37	
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	





2021.09.15. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon		E	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	
			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	
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,39	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
			Összesen:	7 399,32	1 770,17	78,26		12,14	243,40	59,32	14,29	
2021.09.16. csütörtök (00101) Normál szoc. otthon		R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06	
			Rozskenyér	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90	
		T	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
			Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		E	Karfiol krémleves	620,16	148,36	5,14	9,14	2,50	11,15	0,95	1,55	
			Rántott halfilé	1 528,32	365,63	31,79	15,12	2,64	25,29	0,00	3,09	
			Petrezselymes burgonya	1 697,65	406,14	8,93	9,39	1,07	69,69	0,00	1,42	
			Tartármártás	1 776,99	425,12	2,07	43,49	8,54	5,50	4,65	1,17	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	





2021.09.16.
csütörtök

Pépes szoc. otthon	00101	V	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
		Összesen:			11 876,51	2 841,27	100,55		31,33	319,06	52,22	17,36
	E	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	
			Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83	
		T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Darált top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,00	52,30	0,00	2,00		
		Összesen:			9 842,94	2 354,78	89,08		23,01	345,31	83,99	17,34





2021.09.16.
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	
	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	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
E	Zöldséglevés	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
	Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
	Petrezselymes rizskoret 80g	1 446,47	346,05	6,53	7,68	0,89	62,29	0,00	2,47	
	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	
	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	
	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02	
	Összesen:	9 753,07	2 333,27	97,88		26,75	279,95	45,40	19,61	





2021.09.16. 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	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	T	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Összesen:	7 742,57	1 852,29	66,03		21,16	209,01	52,72	7,22		
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	





2021.09.16.
csütörtök

		(00121) Epés szoc.otthon									
(00121) Epés szoc.otthon	R	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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
		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	
		Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	10 066,40	2 408,24	104,33		23,15	322,73	76,63	17,60	
		<hr/>									
		(00122) Epés pépes szoc. otthon									
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		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	





2021.09.16.
csütörtök

		(00122)										
Epés pépes szoc. otthon	E	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		
		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		
	Összesen:		11 592,04	2 773,22	106,76		33,39	341,32	83,38	16,77		
Epés tejmentes 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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		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		
		Top löncs	1 119,55	267,84	10,96	24,64	9,16	0,24	0,00	3,36	  	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Összesen:		9 956,99	2 382,07	102,00		22,16	317,94	77,20	17,76			







2021.09.16.
csütörtök

(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		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	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	
		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	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	    
		Gombás csirke	1 609,63	385,08	41,69	21,19	4,94	6,36	0,66	3,22	 
		Petrezselymes rizskoret 50 g	1 091,61	261,15	4,29	9,46	1,08	39,40	0,00	2,47	
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	U	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	      
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	





2021.09.16.
csütörtök

		(00130)										
		Cukros 180 g										
V	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			
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
Összesen:		7 139,90	1 708,12	81,99		17,97	178,45	3,10	15,13			
R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Daráltvirslis	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43			
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Ham-Let rizs	286,00	68,42	1,80	0,44	0,00	14,00	0,00	0,00		
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78		
	U	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
	V	Keserü 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:		6 709,29	1 605,12	75,36		23,36	173,37	2,52	13,18		





2021.09.16.
csütörtök

(00143)

Epés, húsmentes

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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	 	
	Sajtropogós	2 659,26	636,18	31,34	47,03	18,96	21,14	0,00	4,03	 	
	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		
	Csészés margarin	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18		
	Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Összesen:		11 456,48	2 740,78	96,33		40,35	357,31	92,33	15,25		





2021.09.16. csütörtök (00165) Sószegény szoc. otthon													
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Főtt 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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02			
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		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			
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				
Paradicsom		36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01				
Összesen:		9 703,03	2 321,30	100,37		17,74	333,69	77,23	14,69				
2021.09.17. péntek (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				
	Madárka, sajtos	1 770,64	423,60	13,70	7,86	4,90	66,24	11,50	1,20				





2021.09.17.
péntek

(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		
		Csirkepaprikás	1 959,94	468,88	53,87	24,21	5,46	8,24	0,50	2,10		
		Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Disznósajt	1 053,36	252,00	11,60	22,64	8,13	0,16	0,00	3,50		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
		Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	11 645,32	2 785,95	124,37		23,81	309,61	63,44	13,59		
	(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	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Vagdalt	1 517,13	362,95	17,71	25,04	7,65	16,02	0,19	3,46	
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		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		





2021.09.17.
péntek

(00112) Pépes szoc. otthon	V	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40		
		Összesen:	8 534,35	2 041,71	67,90		19,73	248,22	57,98	13,51		
	(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	
			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	0,00	88,91	0,00	3,40	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20	
			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	
			Disznósajt	1 053,36	252,00	11,60	22,64	8,13	0,16	0,00	3,50	
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	
Kápia paprika			51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	8 194,90	1 960,49	87,15		17,75	255,86	45,08	19,50		





2021.09.17. 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	
			Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
			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	Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			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	
		Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Összesen:	5 722,76	1 369,08	60,53		10,21	194,80	76,51	5,83		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
			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	





2021.09.17.
péntek

(00121) Epés szoc.otthon	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75				
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20				
		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				
		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:		8 517,16	2 037,60	73,57		14,31	264,64	72,99	12,72				
	(00122) Epés 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			
			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		Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75				
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,15	14,50	0,00	3,31				
		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				
		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:		8 027,27	1 920,40	67,44		12,94	256,60	57,99	12,83					





2021.09.17.
péntek

		(00125)													
		Epés tejmentes 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						
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01						
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54						
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75					
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20					
		Tökfözelék 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					
		Csirkemell sonka	615,29	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08					
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54						
Összesen:		7 257,69	1 736,29	78,21		6,89	257,21	64,69	14,15						
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						
		(00130)													
		Cukros 180 g CH szoc.otthon													





2021.09.17.

péntek

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	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		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	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	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39		
	Diab. milánói makaróni	2 405,41	575,46	35,05	26,07	9,08	49,41	0,00	5,39		
U	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Disznósajt	1 053,36	252,00	11,60	22,64	8,13	0,16	0,00	3,50		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	8 019,57	1 918,57	74,74		23,65	173,04	10,41	14,57		





2021.09.17.

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			
	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		
		Korpovit keksz	31,81	7,61	0,26	0,25	0,02	1,08	0,11	0,04	 	
	E	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39	 	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	 	
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06	 	
	U	Huskrem, 48 g, 30g	336,40	80,48	5,38	5,24	1,56	2,62	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 tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
Összesen:		6 892,03	1 648,83	70,39		16,04	174,86	13,91	11,89			
(00143)	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		
		Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2021.09.17.
péntek

(00143) Epés, húsmentes	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75			
		Panírozott zöldségtallér	516,57	123,58	1,17	11,49	1,32	3,90	0,00	0,09			
		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			
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
		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			
		Összesen:	7 651,27	1 830,45	40,63		8,51	263,73	89,38	8,73			
	(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		
		Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75			
		Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20			
		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			
		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			





2021.09.18. szombat	(00101) Normál szoc.otthon	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	8 349,08	1 997,39	65,97		11,21	264,20	89,29	11,71		
		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tejeskávé	759,86	181,79	6,90	3,00	1,64	31,58	19,98	0,28		
			Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64		
			T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
				Székelykáposzta	1 850,43	442,69	30,39	23,16	6,78	27,50	0,99	4,35	
				Kenyér, félbarna	540,54	129,31	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Főtt, füstölt tarja	608,60	145,60	11,20	10,40	4,24	1,84	0,64	2,56		
			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:	9 046,26	2 164,18	92,46		18,72	316,22	71,21	14,19		
		(00112) Pépes 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	
				Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64	
			T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	


























2021.09.18.
szombat

(00112) Pépes szoc. otthon	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 mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	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			
		Kétféles túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
		Összesen:	9 373,75	2 242,54	84,66		16,33	352,29	114,83	11,44			
	(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		
		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		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			
		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				





		Tartalom		Mennyiség		Ár		Összesen		Tartalom		Tartalom	
2021.09.18. szombat	(00113) Tej és tápitarmálmentos	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Főtt, füstölt tarja	608,60	145,60	11,20	10,40	4,24	1,84	0,64	2,56		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	7 342,66	1 756,63	68,96		9,59	280,33	87,48	13,39		
	(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		
			Kecszt háztartási 1kg	866,04	207,19	4,90	3,40	0,99	39,00	9,25	0,49	       	
		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			















2021.09.18. szombat	(00115)	Emléke	V	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
				Összesen:	9 095,46	2 175,95	75,62		26,78	250,69	112,32	6,48		
	(00121)	Epés 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	 	
				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		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
		Összesen:	7 876,13	1 884,25	80,15		16,62	277,22	80,97	10,72				





2021.09.18.
szombat

(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		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	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		
		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		
		Kétféres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 628,09	1 824,91	75,40		14,55	276,33	80,31	10,66		
	(00125) Epés tejmentes 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	
		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		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	 	
















2021.09.18.
szombat

2021.09.18. szombat	(00125) Epés tejes szoc. otthon	E	Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25				
			Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	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				
			Sonka szalámi	290,93	69,60	8,96	2,24	0,88	3,44	0,40	2,24				
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
		Összesen:	7 246,24	1 733,55	67,67			7,15	288,99	90,15	11,34				
	(00130) Cukros 180 g CH szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27				
			Tönkölymagvas fűszeres kocka	1 659,46	397,00	8,91	11,40	7,48	41,88	3,69	2,28				
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				
			Tönkölymagvas fűszeres kocka	829,73	198,50	4,45	5,70	3,74	20,94	1,84	1,14				
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					
		Meggy mártás diab. *mirelit*	771,44	184,55	4,15	3,48	1,51	31,87	0,66	1,03					
U		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01					
V		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00					
	Főtt, füstölt tarja	608,60	145,60	11,20	10,40	4,24	1,84	0,64	2,56						















2021.09.18.
szombat

		(00130)								
		Cukros								
		100 ~ 100								
V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
	Összesen:	6 819,47	1 631,47	73,69		23,01	180,90	7,96	11,30	
R	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	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	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	
	Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97	
	Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73	
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	
	Kétféle túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	Összesen:	5 929,57	1 418,58	63,57		14,43	185,75	34,19	9,04	


















2021.09.18. 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	 
			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	 
			Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	
			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:	8 098,05	1 937,34	56,19		15,71	288,91	80,97	10,50		
	(00165) Sószegegy 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	 
			Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64	
		T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	









2021.09.18. szombat (00165) Sószegény szoc. otthon												
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		
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:		9 810,89	2 347,12	90,63		18,86	360,16	116,99	10,64		
2021.09.19. 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	1 605,12	384,00	13,97	2,08	0,38	76,07	1,12	1,90			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Almaleves	1 131,10	270,60	1,90	4,13	2,55	55,09	33,52	1,07			
	Besameles sertésborda sajttal	2 029,11	485,43	37,59	29,15	13,18	18,05	0,05	3,59	 		
	Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  		






















2021.09.19. vasárnap	00101	V	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,00	62,76	0,00	2,40	 	
			Összesen:	10 624,33	2 541,69	97,52		28,38	329,95	80,09	15,21		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tojáskrém	675,87	161,68	8,34	12,87	3,40	1,34	0,00	1,57	  	
			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 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	0,00	62,76	0,00	2,40	 		
		Összesen:	7 896,92	1 889,20	91,51		13,73	271,76	60,03	14,03			





2021.09.19.
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	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46	   	
			Zöldséges sertés szelet	1 072,88	256,67	22,14	15,65	3,74	6,49	0,00	3,25		
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75		
			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		
			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	 			
	Összesen:	8 490,58	2 031,23	84,83		16,39	259,80	45,40	18,55				
(00115)	Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		





2021.09.19.
vasárnap

Folyékony pépes szoc.otthon (00115)	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						
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08						
	Összesen:		5 665,13	1 355,29	53,87			8,96	206,93	73,68	6,55					
	Epés szoc.otthon (00121)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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 sertésszelet	1 619,00	387,32	29,56	24,55	8,41	11,44	0,00	3,28						
		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						
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76						





2021.09.19.
vasárnap

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:	10 150,53	2 428,35	103,54		35,04	292,81	63,43	14,28	
	00122	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	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46	  
			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 zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	10 593,57	2 534,35	109,67		28,58	290,06	69,44	12,53	






















2021.09.19.
vasárnap

		(00125)														
		Epés tejmentes szoc. otthon														
(00130)	Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22					
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54					
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36					
			Zöldséges sertés szelet	1 072,88	256,67	22,14	15,65	3,74	6,49	0,00	3,25					
			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					
			Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76					
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54							
		Összesen:	8 544,90	2 044,23	81,97		16,79	295,91	63,08	15,42						
(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					
			Tojásrántotta	1 096,16	262,23	14,31	21,62	4,32	2,29	0,00	3,33					
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16					
		T	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					





2021.09.19.
vasárnap

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89	 	
		Kakukkfűves csirkemell	792,76	189,66	27,21	8,55	1,13	0,81	0,00	1,19		
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68		
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	  	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	7 528,89	1 801,18	83,09		15,07	173,31	9,10	13,37		
	(00139) Cukros pépes szoc. otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tojáskrém	675,87	161,68	8,34	12,87	3,40	1,34	0,00	1,57	  	
		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		Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	  	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,11	12,99	0,24	3,51	  	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78			





2021.09.19. vasárnap												
(00139) Cukros pépes szoc.	E	Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
	U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Darált zalai felv.	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76	 	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		Összesen:	7 971,87	1 907,14	79,00		19,96	190,89	9,37	14,82		
(00143) Epés, húsmentes	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		
		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	 	
		Sajtropogós	2 352,75	562,86	19,27	37,81	12,64	36,05	0,04	3,15	 	
		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		
	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45			





2021.09.19.
vasárnap

Sószegény szoc. otthon (00165)	00143	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	9 957,74	2 382,23	66,27		23,56	356,16	95,77	10,91	
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14		
		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 sertésszelet	1 619,00	387,32	29,56	24,55	8,41	11,44	0,00	3,28		
		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		
		Zala felvágott	728,99	174,40	10,40	14,40	5,92	0,88	0,40	1,76		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 496,37	2 032,61	85,86		20,90	272,60	48,43	12,98		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

