



Tételes étlap 2022.09.26. - 2022.10.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.09.26. hétfő	Normál szoc.otthon (00101)	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Brios cukor nélküli	3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Zöldbableves *mirelitből	894,05	213,89	8,64	6,14	0,67	30,42	0,00	3,16	 	
		Pásztortarhonya	2 857,33	683,57	28,58	29,48	8,69	70,93	0,10	4,86	 	
		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		
		Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,99	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19	 	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
	Összesen:		9 554,45	2 285,74	84,67		20,31	333,26	65,00	16,11		
	Pépes szoc. otthon (00112)	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
Brios cukor nélküli		3 009,60	720,00	21,10	9,38	5,96	121,06	19,60	1,64			
T Citromos tea		259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2022.09.26.

hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31			
		Sárgarépa főzelék *mirelitből	553,26	132,36	4,07	0,49	0,06	27,33	3,00	2,50			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált párizsi	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		Összesen:	8 104,39	1 938,84	76,10		15,75	294,46	67,98	14,29			
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
			Majorannás aprópecsenye*	1 393,36	333,34	25,28	25,23	5,23	0,89	0,00	1,24		
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21				
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				





2022.09.26.

hétfő

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

00113

V	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	Összesen:	7 123,84	1 704,26	73,93		15,26	219,51	51,37	13,94		
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	 	
	Vagdalt (normál)	1 188,72	284,38	22,06	13,60	3,46	18,08	0,00	3,41	 	
	Sárgarépafozelék *mir.* TM.	603,61	144,41	4,07	0,49	0,06	30,32	5,99	2,50		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Darált sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68	 	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	Összesen:	6 435,43	1 539,57	60,43		6,86	251,45	76,29	14,95		





2022.09.26.

hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,98	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	8 760,15	2 095,73	74,64		12,49	271,98	85,73	11,16	
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00
		Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E		Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	





2022.09.26.
hétfő

(00122)	Epés pépes szoc. otthon	E	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31			
			Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Darált párizsi	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
			Összesen:	8 558,01	2 047,37	67,92		11,72	286,34	85,73	13,67			
	(00130)	Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
				Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
				Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
				Kenyér, félbarna	864,86	206,91	7,84	0,80	0,24	41,84	0,00	1,60		
			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	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98		
				Sertés tokány	1 318,57	315,45	26,32	20,89	5,65	5,09	0,50	3,23		
			Tarhonya koret diab.	1 129,68	270,26	7,59	10,07	1,26	37,00	0,00	2,97			
			Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20			
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01					
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00					





2022.09.26.
hétfő

(00130) Cukros 180 g CUL szoc. otthon	V	Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,98	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
		Összesen:	7 479,52	1 789,37	77,15		15,21	182,57	7,29	15,67			
	(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		
			Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
			Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	620,42	148,43	4,19	0,51	0,06	31,13	5,99	2,53		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,99	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Uborka	19,66		4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01				
Összesen:	7 693,27	1 840,49	77,65		11,18	276,82	79,29	11,26					











2022.09.26.

hétfő

(00191)

Cukros-epés-purinszegény

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	      
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	  
		Sárgarépa főzelék *mir.*diab.TM	524,04	125,37	4,43	0,52	0,06	25,15	0,00	2,51	 
	U	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,98	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19	  
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
Összesen:		6 690,22	1 600,54	62,12		10,99	181,13	9,05	12,54		





2022.09.26. hétfő (00192) Húsmentes 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				
	Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00				
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
	E	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Karfiollevés *mirelitből*	708,76	169,56	5,77	7,58	0,88	19,31	0,00	1,86			
		Burgonya krokett (feltét)	883,76	211,43	2,47	11,47	1,62	24,33	0,00	0,06			
	V	Sárgarépa főzelék *mir.*	721,85	172,69	5,89	1,26	0,47	33,78	5,99	2,60			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
	Összesen:		6 624,56	1 584,82	44,25		6,03	284,95	92,16	8,87			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34				





2022.09.27.

kedd

(00101) Normál szoc.otthon	R	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
	E	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53	
		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	
		Rozskenyér	668,80	160,00	5,82	0,87	0,16	31,70	0,47	0,79	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tavaszi rolád	521,66	124,80	6,00	10,20	4,08	2,46	0,60	1,14	
		Kenyer, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
		Összesen:	9 207,64	2 202,77	94,95		29,90	279,35	53,45	13,31	
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Almamartas (friss gy.)	1 057,63	253,02	3,49	2,48	0,91	53,22	29,67	0,63	
Feladagos burgonya 100 g		391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		





2022.09.27.
kedd

		(00112)											
		Pépes szoc.											
Tej és tejtermékmentes szoc. ottho	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
	Összesen:		8 094,86	1 936,56	98,65		16,70	288,32	95,41	12,28			
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
		Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
Almamártás (friss) TM.			754,67	180,54	2,77	0,78	0,01	39,89	17,98	0,02			
Feladagos burgonya 100 g			391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Tavaszi rolád	521,66	124,80	6,00	10,20	4,08	2,46	0,60	1,14			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
Összesen:		6 684,28	1 599,10	81,05		8,60	243,15	63,58	12,32				





2022.09.27.

kedd

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
	T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Almamártáspüré (friss) TM.	751,79	179,85	2,76	0,76	0,00	39,75	17,98	0,02		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
Kenyér, félbarna		1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
Összesen:		6 604,06	1 579,91	78,57		8,16	252,87	77,38	10,79			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			





2022.09.27.
kedd

(00121) Epés szoc.otthon	T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Almamártás (friss) TM.	754,67	180,54	2,77	0,78	0,01	39,89	17,98	0,02		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:			7 637,20	1 827,08	88,15		9,28	285,53	80,38	11,59	
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
Harcspástétom, zöldfűszeres			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
E		Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Almamártáspüré (friss) TM.	751,79	179,85	2,76	0,76	0,00	39,75	17,98	0,02		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.09.27.
kedd

(00122) Epés	V	Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 349,18	1 758,17	83,97		8,48	285,35	80,38	9,87		
	(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	
			Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		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	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08	
			Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54	
		Almamartas diab. (friss gyum.	609,30	145,77	3,43	3,30	1,51	24,67	0,66	0,53		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
U		Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,00		
V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Tavaszi rolád	521,66	124,80	6,00	10,20	4,08	2,46	0,60	1,14			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	6 209,95	1 296,60	95,16		10,90	184,27	2,94	10,72			





2022.09.27.

kedd

(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
		Almamartas (friss gy.)	1 057,63	253,02	3,49	2,48	0,91	53,22	29,67	0,63		
		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		
		Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	7 757,44	1 855,84	88,97		10,18	287,16	77,97	12,19		
	(00191) Cukros-epés-purinszegegy	R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Harcspástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		


























2022.09.27.

kedd

(00191) Cukros-epés-purinszegény	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	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
		Almamartas tejmentes (friss gy	493,32	118,02	2,88	0,88	0,00	23,86	0,00	0,02	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
	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	
		Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 394,99	1 769,16	88,60		12,56	188,86	9,38	11,38	
	(00192) Húsmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
		Harcsapástétom, zöldfűszeres	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
T		Körte	221,51	52,99	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,00	
E		Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
		Burgonya krokett	1 020,76	244,20	1,24	21,05	2,55	12,17	0,00	0,03	





2022.09.27. kedd											
(00192) Húsmentes szoc. otthon											
E	Almamartas (friss gy.)	1 057,63	253,02	3,49	2,48	0,91	53,22	29,67	0,63	 	
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	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	Összesen:	6 059,14	1 449,54	35,46		9,09	242,88	76,78	8,10		
2022.09.28. szerda											
(00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42	     	
	Stroganoff csirkemell	905,00	216,51	28,59	9,09	2,27	4,79	0,73	1,74	  	
	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		
	Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32	   	
	Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:	7 432,70	1 778,16	77,62		11,73	248,15	49,87	10,58		





2022.09.28.

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 tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
	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	  
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	  
			Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06	
	Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált pulykafelv.	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00	  	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	Összesen:		7 566,40	1 810,14	77,56		12,63	295,44	64,57	15,05		





2022.09.28.

szerda

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42	 	
	Natur szelet	1 161,27	277,82	22,35	17,48	3,94	7,44	0,00	3,16		
	Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20		
	Őszibarack befőtt	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		
	Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32	 	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
Összesen:		8 303,78	1 986,56	66,73		8,92	311,96	77,48	11,65		





2022.09.28. szerda	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
		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	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
			Őszibarack befőtt	550,55	131,71	0,75	0,00	0,00	31,80	21,00	0,01	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált pulykafelv.	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
		Összesen:	7 155,35	1 711,80	68,23		7,56	291,31	82,44	13,29		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	





2022.09.28.

szerda

(00121) Epés szoc.otthon	R	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
		Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20			
		Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20			
		Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	9 013,25	2 156,28	79,38		16,15	324,65	68,18	12,28			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			





2022.09.28.

















szerda

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

(00122)

Epés pépes szoc.
otthon

E	Őszibarack befőtt	550,55	131,71	0,75	0,00	0,00	31,80	21,00	0,01		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Darált pulykafelv.	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00	  	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	8 041,44	1 923,78	80,68		12,92	314,88	71,77	12,65		
R	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		
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
	Korpás zsemle	263,41	0,00	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99	  	
	Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20	  	
	Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53		
	Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
U	Alma	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		
	Pulykamellsonka	361,15	86,40	9,60	4,00	1,28	2,08	1,04	1,76	  	





2022.09.28.
szerda

(00130) Cukros 100 g CUKOR	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:	6 519,04	1 307,53	70,77		16,43	177,79	4,77	13,42			
	(00165) Sószegegy 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		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
			Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20		
			Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20		
			Őszibarack befőtt	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		
			Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32		
			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:	8 963,44	2 144,37	79,72		16,16	321,46	65,38	12,28				





2022.09.28.

szerda












(00191)

Cukros-epés-purinszegény

R	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				
	Korpás zsemle	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56				
	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	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99			
		Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20			
		Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53			
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01			
	U	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Összesen:		6 461,26	1 419,74	66,10		16,14	179,69	4,89	11,63			





2022.09.28. szerda (00192) Húsmentes szoc. otthon													
2022.09.28. szerda (00192) Húsmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
	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	  	
			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	87,80	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	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			
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
			Összesen:	6 631,06	1 586,36	40,73		9,70	276,39	77,73	10,14		
	2022.09.29. csütörtök (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	





2022.09.29.
csütörtök

(00101) Normál szoc.otthon	R	Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98		
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	E	Jókai bableves	2 278,66	545,13	24,15	26,26	8,78	46,86	0,39	3,83		
		Fánk	3 793,40	907,51	18,31	30,03	5,23	140,07	60,93	1,63		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Szendvicskrém	745,46	178,34	6,68	16,05	6,54	1,79	0,95	1,17		
		Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58		
		Összesen:	10 434,34	2 496,25	74,39		22,21	363,30	113,55	9,28		
	(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	
Mininutella			0,00	0,00	0,00	0,00	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		
Kenyér, félbarna			1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
T		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	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		
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		





2022.09.29.
csütörtök

		(00112)									
		Pépes szoc.									
Tej és tejtermékmentes szoc. ottho (00113)	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Szendvicsskrém	745,46	178,34	6,68	16,05	6,54	1,79	0,95	1,17	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
		Összesen:	7 888,61	1 887,22	77,38		12,41	294,65	87,82	11,76	
	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	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
		Vegyes gyümölcsmártás T.M.	1 172,84	280,58	2,67	1,09	0,05	62,75	36,33	0,35	
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Top löncs	839,66	200,88	8,22	18,48	6,87	0,18	0,00	2,52		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	8 209,38	1 963,96	72,12		10,53	312,57	99,03	13,18		





2022.09.29. csütörtök		(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon										
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	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	0,30	52,30	0,00	2,00			
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Vegyes gyümölcsmártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
	V	Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált top löncs	839,66	200,88	8,22	18,48	6,87	0,18	0,00	2,52		
	Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
	Összesen:	7 788,97	1 863,39	77,46		10,27	286,07	72,27	13,26			
R	(00121) Epés szoc.otthon											
	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			





2022.09.29.
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	R	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02				
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07				
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19				
		Vegyes gyümölcsmártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39				
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Kétfes 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:	8 515,22	2 037,13	81,47		8,67	327,36	96,17	11,39				
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
		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		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				





2022.09.29.
csütörtök

2022.09.29. csütörtök	(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
		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:	8 496,69	2 032,70	85,23		9,41	327,34	96,17	10,56		
	(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		
			Tejes kifli	614,29	146,96	4,91	1,18	0,48	27,70	2,05	0,49		
		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		
			Tejes kifli	307,14	73,48	2,45	0,59	0,24	13,85	1,02	0,24		
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
			Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19		
		Vegyes gyümölcs mártás diab.	687,36	164,44	1,79	1,21	0,05	33,90	9,29	0,39			
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99			
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				





2022.09.29. csütörtök		(00130) Cukros 100 ~ 100											
(00165) Sószegegy szoc. otthon	V	Szendvicskrém	745,46	178,34	6,68	16,05	6,54	1,79	0,95	1,17			
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
		Összesen:	7 329,14	1 753,40	72,07		14,61	186,23	20,88	10,15			
	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			
		Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	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			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19			
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39			
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kétfes 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:	8 545,65	2 044,41	87,91		10,30	316,86	79,97	11,65			





2022.09.29. csütörtök		Cukros-epés-purinszegény (00191)									
R	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	526,81	0,00	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56		
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19		
	Vegyes gyümölcsmártás diab.	687,36	164,44	1,79	1,21	0,05	33,90	9,29	0,39		
	Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	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		
	Kétféres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:	5 941,50	1 295,40	73,70		7,88	179,36	15,50	9,44		





2022.09.29. csütörtök (00192) Húsmentes szoc. otthon												
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	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			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
	T	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	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		
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Kenyér, félbarna		1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
Kefír, 140 g		1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
Mini margarin 10g		94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
Összesen:		7 859,84	1 880,34	37,79		9,66	257,41	78,71	7,95			
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
2022.09.30. péntek (00101) Normál szoc.otthon												





2022.09.30. péntek (00101) Normál szoc.otthon	R	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	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		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Gombaleves, magyaros	889,12	212,71	8,26	9,08	1,06	24,11	0,00	3,53		
		Cigánypecsenye	4 500,89	1 076,77	22,58	108,21	40,87	1,55	0,00	5,27		
		Tört burgonya	941,92	225,34	6,02	0,49	0,06	48,05	0,00	1,21		
		Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	1,98		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Összesen:	11 954,64	2 859,96	71,18		49,57	256,42	54,08	15,95		





2022.09.30.

péntek

(00112)

Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	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		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	
	E	Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
		Fin.foz.pure (Mír.veg.y.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
	Összesen:		6 788,19	1 623,96	72,22		13,04	247,29	52,26	13,19	





2022.09.30.

péntek

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38		
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
		Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sonka szalámi	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68		
		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		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
	Összesen:		7 585,13	1 814,62	78,91		13,00	257,02	48,60	14,76		





2022.09.30. péntek												
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Darált párizsi	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38		
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
		Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:		7 762,68	1 857,10	71,10		11,76	284,76	69,70	13,08			
(00121) Epés 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			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			




























2022.09.30.
péntek

(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	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38						
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12						
		Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29						
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46						
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54						
	Összesen:		8 721,96	2 086,59	74,72		15,28	271,04	56,70	12,51						
	(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						
Minimargarin 20g			188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00						
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54						
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
E		Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38						
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12						
		Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29						
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						





2022.09.30. péntek	(00122) Epés	V	Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
			Összesen:	8 805,88	2 106,67	74,72		15,28	276,04	61,70	12,51			
	(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	0,00		
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
			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			
			Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	       		
		E	Gombaleves, magyaros	889,12	212,71	8,26	9,08	1,06	24,11	0,00	3,53	    		
			Cigánypecsenye	4 500,89	1 076,77	22,58	108,21	40,87	1,55	0,00	5,27			
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,85			
			Ecetes paprika	92,97	22,24	1,12	0,27	0,00	3,78	0,99	1,97	  		
		U	Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	  		
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39			
		V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
			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				





2022.09.30. péntek		(00130) Cukros 100 ~ 100											
(00165) Sószegény szoc. otthon	V	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	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:	10 464,02	2 377,33	63,36		46,90	179,92	9,12	14,12			
	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			
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38			
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12			
		Finomfőzelék *mirelit sr.,zb.	1 130,20	270,38	10,22	8,70	1,21	37,05	5,00	2,35			
	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:	9 169,72	2 193,71	76,11		16,45	278,23	61,70	12,57				





2022.09.30.

péntek






(00191)

Cukros-epés-purinszegény

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,20		
	Korpás zsemle	790,22	0,00	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Burgonyaleves zöldséges (d)	799,93	191,37	5,17	5,45	0,63	29,83	0,00	2,51	
		Húspuding	1 038,92	248,54	24,77	11,41	4,04	11,26	0,20	3,46	
		Fin.föz.püre diab. *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	
	U	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sajt kocka (8 db)		413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46		
Zsemle, vizes		1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
Összesen:		7 152,11	1 521,99	72,84		17,33	180,80	10,13	12,12		
R	Húsmentes szoc. otthon	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	
		Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	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	





2022.09.30. péntek (00192) Húsmentes szoc. otthon												
R	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05	   		
	Halrúd	1 559,76	373,15	13,95	22,17	1,59	27,30	0,00	0,00			
	Finomfőzelék	1 756,17	420,14	16,81	15,90	2,38	51,48	4,83	1,85	 		
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			
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39			
	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00			
	Összesen:	8 794,86	2 104,03	71,72		12,40	308,33	68,97	9,01			
2022.10.01. szombat (00101) Normál szoc.otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40			
	Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Lebbencsleves	997,25	238,58	5,71	9,54	1,04	31,81	0,00	1,71	   		
	Erdélyi rakott káposzta	2 504,51	599,17	28,90	34,74	15,19	38,06	2,74	5,22	   		
	Kenyér, félbarna	540,54	129,32	4,90	0,50	0,15	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			





2022.10.01. szombat		(00101) Normál otthon		(00112) Pépes szoc. otthon										
V	Turista felvágott	401,69	96,10	12,72	4,92	1,73	0,12	0,00	0,00					
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00					
	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02					
Összesen:		9 816,96	2 348,56	87,38		26,25	338,38	88,48	11,53					
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00					
	Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40					
	Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18					
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75					
	Burgonyafőzelék	1 720,84	411,68	8,60	14,62	1,64	60,10	0,00	1,82					
	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31					
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	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00					
Összesen:		9 566,65	2 288,66	84,91		13,49	351,00	101,14	14,54					





2022.10.01.

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			
	Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	0,00			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
	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	
			Grill csirkecomb	1 204,28	288,10	37,84	14,07	2,89	2,20	0,00	2,40	
			Zöldbabfőzelék *mir.* TM.	559,69	133,90	6,53	0,69	0,00	24,94	3,00	2,47	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Túrista felvágott	401,69	96,10	12,72	4,92	1,73	0,12	0,00	0,00	
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
		Összesen:		6 542,41	1 565,16	84,04		6,51	235,83	81,77	12,62	





2022.10.01. szombat		(00114) Tejmentes 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		
		Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	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		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31		
		Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56		
Kenyér, félbarna		1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
Összesen:		6 204,44	1 484,31	63,83		5,08	237,38	73,16	12,86			
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			





















2022.10.01. szombat		(00121) Epés szoc.otthon										
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	3,20	14,50	0,00	3,31			
	Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
Összesen:		6 951,37	1 663,00	70,37		13,33	249,95	53,88	14,26			
2022.10.01. szombat		(00122) Epés 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			
	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	3,20	14,50	0,00	3,31			
	Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56			





2022.10.01. szombat	00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	6 823,46	1 632,40	75,47		9,13	249,11	53,82	14,61	
	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	
			Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
		E	Daragal.leves diab.	377,56	90,33	4,46	2,84	0,21	11,79	0,04	3,39	     
			Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54	
			Zöldbabfőzelék *mir*	1 212,76	290,13	7,97	15,68	1,69	28,61	0,00	1,53	 
		U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
		V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Túrista felvágott	401,68	96,09	12,72	4,92	1,72	0,12	0,00	0,00	   
			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:	7 877,32	1 884,53	120,44		24,29	177,01	2,68	12,57	





2022.10.01. szombat	(00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40	
			Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	
			Zöldbabfőzelékpüré *mir.*TM.	581,57	139,13	6,75	0,70	0,00	25,99	3,00	2,46	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,20	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
		Összesen:	8 606,29	2 058,91	77,83		16,21	322,79	90,62	13,86		
	(00191) Cukros-epés-purinszegény	R	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		





2022.10.01. szombat		(00191) Cukros-epés-purinszegény										
(00192) Húsmentes szoc. otthon	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Daragaluska leves	464,83	111,20	5,19	3,06	0,26	15,71	0,09	2,91		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31		
		Z.babpürefőzelék *mirelitből	497,83	119,10	6,44	0,67	0,00	21,39	0,00	2,46		
	U	Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46		
		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		
		Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,20		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		6 847,21	1 638,10	82,67		24,27	189,24	5,53	14,52		
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Karamellás tej		1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40			
Zebra rúd		2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
		Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14		





2022.10.01. szombat (00192) Húsmentes szoc. otthon											
E	Zöldbabfőzelék (normál) *mir*	839,85	200,92	7,20	8,19	0,85	24,02	0,00	2,96		
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		
	Miniméz 25g.	547,00	130,86	0,16	0,00	0,00	32,40	32,40	0,00		
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	8 070,64	1 930,76	60,39		12,66	328,00	118,22	10,70		
2022.10.02. 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	740,39	177,12	7,88	15,93	2,83	0,35	0,00	3,04		
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
T	Piskóta szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46		
	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		
	Fokhagymás sajtkrém	891,15	213,19	10,98	17,36	9,92	2,03	1,16	0,98		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	9 733,15	2 328,48	121,03		21,82	264,35	33,30	12,02		





2022.10.02.
vasárnap

(00112)
Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Piskóta szelet	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	
		Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71	
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
	Összesen:		7 925,16	1 895,95	99,48		18,18	230,16	30,98	15,14	





2022.10.02.
vasárnap

(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	
	Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
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	
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
	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	
	Fokhagymás felvágott	993,17	237,60	6,30	23,34	8,82	0,60	0,30	0,76	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
	Összesen:	8 493,58	2 031,93	85,95		15,77	268,48	59,30	15,22	





2022.10.02. vasárnap											
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon											
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	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	
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
		Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75	
		Őszibarack befőtt	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	
		Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32	
Kenyér, félbarna		1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
Összesen:		7 502,97	1 794,95	80,12		14,64	244,83	44,54	16,85		
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Sonka szalámi	218,19	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		





2022.10.02.
vasárnap

(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	Piskóta szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41				
		Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71				
		Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00				
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	Összesen:		8 972,69	2 146,57	94,56		13,87	309,70	49,24	14,21				
(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.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68				
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Piskóta szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41				
		Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71				
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58				
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01				





2022.10.02.
vasárnap












(00122) Epés pépés otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 280,75	1 981,04	93,15		14,24	289,17	49,28	13,79		
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
			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	
			Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
E		Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89		
		Csirkepaprikás	1 959,94	468,88	53,87	24,21	5,46	8,24	0,50	2,10		
		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	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Fokhagymás felvágott	1 324,22	316,80	8,40	31,12	11,76	0,80	0,40	1,02			
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
	Összesen:	9 691,65	2 129,52	116,28		28,16	179,95	9,88	12,23			





2022.10.02.
vásárnap

(00165)
Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Sonka szalámi	218,19	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68	  	
	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	Piskóta szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    
		Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71	 
		Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32	  
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:		8 972,69	2 146,57	94,56		13,87	309,70	49,24	14,21	





2022.10.02.
vasárnap

(00191)
Cukros-epés-purinszegény

R	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			
	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		
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
		Kenyér, félbarna	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,60		
	E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46		
		Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71		
		Burgonya petrezselymes 200 g.	999,47	239,11	5,09	5,98	0,68	40,20	0,00	2,48		
		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	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		7 673,03	1 709,64	80,27		14,50	180,75	8,51	10,51		





2022.10.02. vasárnap	Húsmentes szoc. otthon (00192)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
			Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
		T	Piskóta szelet	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		E	Kertészleves	706,49	169,02	5,97	5,83	0,67	22,78	0,00	3,16	 	
			Rántott sajt	1 922,20	459,86	14,40	31,54	1,27	28,80	0,00	1,68		
			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		
			Fokhagymás sajtkrém	891,15	213,19	10,98	17,36	9,92	2,03	1,16	0,98	 	
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
			Összesen:	9 210,66	2 203,49	76,58		18,94	278,87	47,83	15,09		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviselői fórum

