



Tételes étlap 2022.10.10. - 2022.10.16.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.10.10. hétfő	(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 Somogyi kanászleves	1 053,68	252,08	20,23	11,41	4,55	16,62	0,00	4,29		
		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		
		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		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:	8 076,42	1 932,16	75,54		21,67	294,39	72,50	12,69			
(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 Paradicsomleves	1 138,55	272,38	6,50	9,02	0,99	40,94	12,49	1,65			




















2022.10.10.

hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Darált pulykahús	639,20	152,92	18,45	8,55	2,82	0,36	0,00	0,15		
		Burgonyapüré	1 081,14	258,65	7,41	5,65	2,60	43,74	0,03	2,58		
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Darált 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:	7 853,99	1 878,95	72,67		20,01	272,68	74,12	11,64		
	(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	
			Olasz felv.	1 065,00	254,78	7,68	14,10	9,60	0,60	0,30	0,95	
		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		Paradicsom leves	1 099,96	263,15	5,69	6,69	0,73	44,69	19,98	1,80		
		Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48		
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68		
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Top löncs	839,66	200,88	8,22	18,48	6,87	0,18	0,00	2,52		





(00113) Tej és tejtermékek		2022.10.10. hétfő									
V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:	8 284,52	1 981,94	78,80		20,68	261,26	79,38	12,45		
(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 olasz felv.	1 065,00	254,78	7,68	14,10	9,60	0,60	0,30	0,95	  	
	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	Paradicsom leves	947,45	226,66	4,39	6,47	0,73	37,44	14,99	1,58	 	
	Darált pulykahús	639,20	152,92	18,45	8,55	2,82	0,36	0,00	0,15		
	Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68		
	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Darált top löncs	839,66	200,88	8,22	18,48	6,87	0,18	0,00	2,52	  	
	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:	7 808,40	1 868,03	64,03		21,57	251,94	74,39	11,90		





2022.10.10. 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		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	 	
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 	
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68		
	V	Keserű tea	5,18	1,24	0,08	0,02	0,00	0,03	0,01	0,00		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Összesen:	7 503,41	1 795,07	58,46		12,42	197,28	65,00	7,22			
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Zala felvágott	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		





2022.10.10.
hétfő

(00121) Epés szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57	
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68	
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sajt klf. Trappista	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	8 377,35	2 004,14	88,11		19,31	282,94	62,40	13,54	
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Darált zalai felv.	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	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Darált pulykahús	639,20	152,92	18,45	8,55	2,82	0,36	0,00	0,15	
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68	
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	





2022.10.10. hétfő		(00122) Epés pépes szoc. otthon											
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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			
	Összesen:		9 671,39	2 313,73	90,22		26,43	282,42	68,84	12,78			
	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			
		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	Paradicsomleves diab.	630,51	150,84	3,42	8,24	0,88	15,53	0,00	1,38		
			Rakott karfiol bulgur	2 040,11	488,06	32,43	24,17	8,40	35,89	1,98	1,61		
		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		
	Top löncs		839,66	200,88	8,22	18,48	6,87	0,18	0,00	2,52			
	Korpás zsemle		1 074,18	256,98	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12			





2022.10.10.

hétfő

(00165)

Sószegény szoc. otthon

00130

V	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
	Összesen:	6 714,75	1 606,42	73,40		21,72	180,26	5,99	8,64			
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	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			
	Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57			
	Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68			
	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Sajt klf. Trappista	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:	8 100,94	1 938,01	81,96		16,89	286,27	76,89	12,57			





2022.10.10. hétfő (00191) Cukros-epés-purinszegény	R	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							
	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41							
		Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57							
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50							
	U	Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33							
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00							
		Sajt klf. Trappista	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							
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16							
		Összesen:	8 065,78	1 929,61	86,47		21,18	200,45	9,18	12,15							
2022.10.11. kedd (00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00							



2022.10.11.
kedd(00101)
Normál szoc.otthon

R	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Vaj (100 g.)	63,03	15,08	0,01	1,67	1,03	0,01	0,01	0,00		
	Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83	 	
	T Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
	E Reszeltésztaleves	968,40	231,68	8,13	5,87	0,63	36,02	0,00	3,17	 	
	Fokhagymás csirkemáj F*	976,00	233,49	30,12	10,20	2,70	5,02	0,00	1,73		
	Finomfőzelék	1 756,17	420,14	16,81	15,90	2,38	51,48	4,83	1,85	 	
	Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
	V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	 	
Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58			
Összesen:		9 452,14	2 261,28	99,80		16,71	320,30	61,65	11,36		
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 Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
	Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	 	





2022.10.11. kedd	(00112) Pépes szoc. otthon	E	Őszibarack mártás	1 132,54	270,94	3,58	3,42	1,92	55,36	28,24	0,34				
			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				
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22				
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
			Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21				
			Összesen:	9 602,75	2 297,31	75,96		19,53	306,31	104,32	11,96				
	(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				
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
		T	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01				
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95				
			Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99				
		Ecetes cékla	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98					
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00					
		Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22					





2022.10.11. kedd	00113	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	7 700,26	1 842,16	63,22		10,00	289,31	69,09	13,69		
	Tejmentes pépes szoc. otthon (00114)	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	
				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		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
		E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
				Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
				Őszibarack mártás tejm.	875,49	209,45	2,62	0,35	0,03	48,03	23,56	0,24	
				Kenyér, félbarna	540,54	129,31	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	
				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	
				Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
				Összesen:	8 013,19	1 917,02	67,59		10,86	319,73	100,60	12,50	





2022.10.11. kedd	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		T	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Őszibarack mártás	1 132,54	270,94	3,58	3,42	1,92	55,36	28,24	0,34	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	6 331,78	1 514,78	41,00		10,11	191,92	80,93	4,01		
	(00121) Epés 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			





2022.10.11.

kedd

(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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Rizseshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Összesen:	9 866,45	2 360,39	69,25		12,96	331,94	99,62	12,47	
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
	E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
Öszibarackpüre mártás D.TM.		527,09	126,10	2,21	0,30	0,03	27,80	5,57	0,23		





2022.10.11. kedd	(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		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	
			Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
			Összesen:	9 557,52	2 286,49	73,95		14,51	316,95	91,54	11,60	
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			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	
			Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01	
		E	Gombaleves konzerv gombából	691,10	165,33	6,82	6,88	0,88	18,76	0,00	2,80	
			Diab.Rizsseshús (diétás)	1 555,56	372,14	24,50	13,04	2,43	38,75	0,00	4,43	
			Ecetes cékla	185,77	44,44	0,92	0,07	0,00	9,74	5,59	0,86	
		U	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	
		Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		





2022.10.11. kedd	00130	V	Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
		Összesen:			7 630,24	1 825,42	80,32		18,89	184,25	18,00	12,84	
	Sószegény szoc. otthon (00165)	R		Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
				Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
				Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
				Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83	
		T		Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01	
		E		Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
				Rizshús (z)	2 285,18	546,69	27,73	17,84	2,99	68,12	0,00	4,99	
				Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
		V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
				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	
				Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
		Összesen:			9 901,44	2 368,76	74,34		17,23	307,50	77,88	12,02	





2022.10.11.

kedd






















(00191)

Cukros-epés-purinszegény

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	 		
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	E	Köménymag leves zsemlekocta	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Diab.Rizszeshús (diétás)	1 555,56	372,14	24,50	13,04	2,43	38,75	0,00	4,43		
		Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
	U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23	 	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
	V	Keserü 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	1,21	    	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:		6 830,37	1 634,07	59,42		13,93	174,78	10,03	11,36		






























2022.10.12. szerda		(00101) Normál szoc.otthon											
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	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	Karfiollevés *mirelitből*	708,76	169,56	5,77	7,58	0,88	19,31	0,00	1,86	  	
			Paprikás burgonya kolbásszal	2 260,53	540,80	20,00	19,96	5,21	68,72	0,50	3,87	  	
		Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98			
		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			
		Bácskai hurka	507,20	121,34	8,74	6,84	2,36	6,06	0,00	1,35			
Kenyér, félbarna		1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 			
Összesen:		9 213,79	2 204,26	75,27		17,21	349,56	75,25	14,64				
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	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	Zöldséglevés	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	    		





2022.10.12.

szerda

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Pirított kacsamáj (darálva)	580,77	138,94	28,25	16,22	3,16	6,49	0,00	1,48			
		Zöldborsópüreg főzelék *mir.*	924,02	221,06	15,08	1,29	0,24	36,65	0,00	2,04	  		
		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			
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
		Darált sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68	  		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
		Összesen:	8 694,72	2 080,08	103,56		15,42	337,98	75,05	13,46			
	(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		
			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	1 081,08	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	     	
		Pirított kacsamáj	1 164,44	278,58	28,63	14,56	3,09	7,89	0,00	3,20			
		Zöldborsófőzelék *mir.* TM.	990,89	237,06	14,99	0,90	0,00	41,57	5,00	2,01			
		Kenyér, félbarna	540,54	129,31	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			





2022.10.12.
szerda

(00113) Tej és tejtermékek	V	Bácskai hurka	507,20	121,34	8,74	6,84	2,36	6,06	0,00	1,35		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
		Összesen:	7 537,71	1 803,28	84,29		8,07	278,52	66,29	14,98		
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01	 	
		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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	 	
		Pirított kacsamáj (darálva)	580,77	138,94	28,25	16,22	3,16	6,49	0,00	1,48		
		Zöldborsófőz.püré *mir.* TM.	953,74	228,17	14,29	0,86	0,00	40,17	5,00	2,00		
		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		
		Darált sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68	 	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
			Összesen:	6 627,89	1 585,62	81,19		6,44	272,24	66,59	13,58	





2022.10.12. szerda	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
			Pírtott kacsamáj (darálva)	580,77	138,94	28,25	16,22	3,16	6,49	0,00	1,48	
			Zöldborsópüre főzelék *mir.*	924,02	221,06	15,08	1,29	0,24	36,65	0,00	2,04	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	8 342,96	1 995,93	93,84		24,89	216,32	79,99	8,62		
	(00121) Epés szoc.otthon	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	





2022.10.12.
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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Majorannás(puly) aprópecsenyeF*	1 037,71	248,26	25,55	13,70	2,67	5,37	0,00	2,46	
		Zöldborsófőz.püré *mir.* TM.	953,74	228,17	14,29	0,86	0,00	40,17	5,00	2,00	
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
	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	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Összesen:			7 911,82	1 892,78	90,62		10,35	294,73	56,11	13,86
(00122) Epés pépes szoc. otthon	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
		Zöldborsófőz.püré *mir.* TM.	953,74	228,17	14,29	0,86	0,00	40,17	5,00	2,00	
Zsemle, vizes		726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2022.10.12. szerda	(00122) Epés pépés szoc.otthon	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	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	8 267,97	1 977,98	90,36		12,91	290,26	56,11	12,22	
	(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	
			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	
			Korpás zsemle	805,64	192,74	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	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
			Natúr csirkemell	959,37	229,51	26,08	10,39	1,31	7,64	0,00	1,57	
			Zöldborsóföz. diab.*mirelit*	1 107,65	264,99	15,51	5,95	0,77	36,65	0,00	2,04	
		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	
		Bácskai hurka	507,20	121,34	8,74	6,84	2,36	6,06	0,00	1,35		





2022.10.12.
szerda

Sószegény szoc. otthon (00165)	00130	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
			Összesen:	5 999,15	1 435,22	76,41		7,05	187,26	1,51	9,85	
	00130	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kakaó	895,84	214,32	10,94	5,37	2,95	30,31	13,99	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	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41	     
			Majorannás(puly) aprópecsenyeF*	1 037,71	248,26	25,55	13,70	2,67	5,37	0,00	2,46	
			Zöldborsófőzelék *mir.* TM.	990,89	237,06	14,99	0,90	0,00	41,57	5,00	2,01	
			Kenyér, félbarna	540,54	129,31	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	
			Sonka szalámi	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		
		Összesen:	9 185,37	2 197,46	96,67		13,22	347,42	81,55	13,68		





2022.10.12.

szerda

(00191)

Cukros-epés-purinszegény

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Korpás zsemle	805,64	192,74	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	
		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	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
		Majorannás(puly) aprópecsenyeF*	1 037,71	248,26	25,55	13,70	2,67	5,37	0,00	2,46	
		Zöldborsópurefőz.tejment . *mir	863,16	206,50	14,06	0,84	0,00	35,06	0,00	2,00	
	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	
		Sonka szalámi	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		6 937,37	1 659,68	79,01		10,92	176,04	9,46	11,46	





2022.10.13. csütörtök	(00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			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	Bakonyi betyárgulyás	1 275,90	305,24	17,75	19,69	6,36	12,83	0,69	3,09	
			Aranygaluska	3 551,22	849,57	22,11	38,52	10,68	103,32	25,19	0,15	
			Vaniliasodó	998,07	238,77	6,80	3,09	1,69	45,71	35,11	0,90	
		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	
		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:	11 401,87	2 727,71	80,35		28,67	333,00	117,11	8,80		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
			Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21	
			Tejes kifli	1 228,58	293,92	9,82	2,36	0,96	55,40	4,10	0,98	
T		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		





2022.10.13.
csütörtök

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Gyümölcsleves	1 130,66	270,49	2,14	2,80	1,29	57,47	40,06	0,89			
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06			
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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:	9 575,58	2 290,81	80,93		14,13	333,78	110,81	10,84			
	(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	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56		
		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		Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48			
		Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00			
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2022.10.13. csütörtök		(00113) Tej és tejtermékek										
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	V	Zala felvágott	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		
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
	Összesen:		7 982,93	1 909,78	90,13		9,93	268,89	45,62	16,15		
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56		
		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	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		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.	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:		7 406,63	1 771,92	88,22		8,76	266,07	60,22	14,37			





2022.10.13. csütörtök	(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	
			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	
		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	
			Burgonyapüre 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
		Összesen:	5 205,25	1 245,28	43,86		7,01	202,72	62,62	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	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	





2022.10.13.
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	R	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
		Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48		
		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		
		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:	8 892,00	2 127,27	88,24		11,53	340,53	79,26	12,40			
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		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	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		





2022.10.13.
csütörtök

		(00122)											
		Epés pépes szoc. otthon											
(00130)	E	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		
			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:		8 655,07	2 070,59	90,21		10,81	340,01	79,26	13,28			
	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		
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
			Korpás zsemle	805,64	192,74	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		Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98			
		Tejfölös sült csirke	1 291,29	308,92	38,18	16,41	4,39	1,69	0,66	2,91			
		Burgonya petrezselymes 200 g.	999,47	239,11	5,09	5,98	0,68	40,20	0,00	2,48			
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20			
U	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				





2022.10.13. csütörtök		(00130) Cukros 180 g CH												
(00165) Sószegegy szoc. otthon	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				
		Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02				
	Összesen:		7 538,71	1 803,53	84,95		16,10	180,20	9,99	13,72				
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08				
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00				
		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	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
			Grill csirkecomb	1 204,28	288,10	37,84	14,07	2,89	2,20	0,00	2,40			
			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					
	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					





2022.10.13.
csütörtök

00165	V	Paradicsom darabos	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02		
		Összesen:	8 732,84	2 089,19	92,64		12,14	327,31	81,86	13,77		
(00191) Cukros-epés-purinszegény	R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserü 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	Csontleves betéttel diab.	374,84	89,67	4,41	2,32	0,13	12,76	0,05	2,98		
		Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48		
		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:	7 528,79	1 801,16	78,12		16,21	186,67	11,55	10,24		




















2022.10.14.
péntek

(00101) Normál szoc.otthon	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				
		Tönköly kenyér	133,34	31,90	11,65	2,69	0,85	56,25	0,41	7,72				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	E	Gyümölcsleves(alma, meggy)	1 010,71	241,80	1,68	2,39	1,30	52,58	39,96	0,46				
		Rántott szelet	2 330,46	557,52	31,97	30,64	6,02	37,80	0,00	1,95				
		Petrezselymes rizs	1 733,80	414,78	7,73	9,58	1,11	73,92	0,00	1,39				
		Vágott vegyes savanyú konzerv.	59,00	14,11	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27				
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12				
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00				
	Összesen:	8 367,63	2 001,81	77,36		16,93	334,89	85,67	16,01					
(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				
		Kalocsai rúd	1 810,78	433,20	12,74	7,40	5,86	71,50	5,46	2,96				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				





2022.10.14.
péntek

(00112)	Pépes szoc. otthon	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	  	
			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		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			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	 	
Összesen:		7 901,13	1 890,21	74,24		15,02	297,40	80,37	13,70				
(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		
			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	 	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	
			Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96		
			Almamartas tejmentes (friss gy)	493,32	118,02	2,88	0,88	0,00	23,86	0,00	0,02	 	
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				





2022.10.14.
péntek

(00113) Tej és tejtermékek	V	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	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	 	
		Lilahagyma	49,63	11,87	0,36	0,03	0,00	2,49	0,00	0,01		
		Összesen:	6 200,25	1 483,31	59,10		9,28	218,86	45,30	12,26		
	(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	
			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	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51	
			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	
		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	 	
		Összesen:	6 643,53	1 589,35	62,97		9,61	244,85	63,52	12,80		





2022.10.14.
péntek

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Raguleves diétás	652,13	156,01	12,09	6,98	1,22	10,88	0,00	2,81		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Almamartas diab. (friss gyum.	609,30	145,77	3,43	3,30	1,51	24,67	0,66	0,53		
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07		
	Összesen:	5 459,34	1 306,06	64,14		11,35	176,77	63,76	5,21			
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.10.14.
péntek

(00121) Epés szoc.otthon	R	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			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00			
		Almamartas (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56			
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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			
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21			
		Összesen:	8 771,61	2 098,47	73,31		13,85	274,91	78,10	12,12			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Darált 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		Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51			





2022.10.14.
péntek

Epés pépes szoc. otthon (00122)	E	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		
		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		
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21		
	Összesen:		8 880,91	2 124,61	72,85		12,73	284,05	73,24	12,09		
	Cukros 180 g CH szoc.otthon (00130)	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	1,21	
			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	
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00	
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
E		Raguleves diétás	652,13	156,01	12,09	6,98	1,22	10,88	0,00	2,81	 	
		Diab.sajtos makaroni	2 209,17	528,51	23,09	27,45	13,54	46,44	1,98	2,51	 	
U		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
V		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			





2022.10.14.
péntek

(00130) Cukros 180 g CUL szoc. otthon	V	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Összesen:	6 813,57	1 630,06	72,44		22,69	184,34	3,79	9,32		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	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	
			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	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
			Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
			Almamartas (friss gy.)	932,73	223,14	3,37	3,73	1,78	43,12	23,08	0,56	
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		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			
	Összesen:	6 939,95	1 660,27	70,23		12,36	246,31	68,38	13,10			





2022.10.14. 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	1,21	
		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	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	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	
		Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
		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	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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:	5 951,08	1 423,72	65,17		11,68	183,37	3,78	11,10	





2022.10.15. szombat		(00101) Normál szoc.otthon										
(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		
		Áfonyalekvár	310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04		
	E	Paradicsomleves	1 215,42	290,77	6,67	10,65	1,19	41,68	12,49	1,58		
		Rakott zöldbab *mirelit	2 406,30	575,67	28,72	29,79	9,16	46,78	2,31	1,73		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Füst.trapista	882,82	211,20	15,60	16,20	10,80	0,72	0,30	1,08		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
	Összesen:	9 036,53	2 161,84	81,08		24,78	300,44	75,70	8,86			
(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		
		Áfonyalekvár	310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		





2022.10.15.
szombat

(00112) Pépes szoc. otthon	T	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04		
	E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24		
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Paradicsom martas	1 260,57	301,57	5,77	10,09	1,06	46,56	19,98	1,87		
		Féladagos burgonya	666,31	159,40	4,25	0,34	0,04	34,00	0,00	1,49		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Harcspástétom, zöldfűszeres	1 394,99	333,73	8,70	30,40	4,10	5,90	0,24	1,50		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:		9 189,92	2 198,53	71,91		10,80	334,20	80,82	14,60		
	(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	
Áfonyalekvár			310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04		
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		Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04		
E		Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24		
		Húsgombóc paradicsommártásban	2 332,52	558,02	28,98	16,69	3,64	72,27	19,79	3,19		
		Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.10.15.
szombat

(00113) Tej és tejtermékek	V	Pulyka felvágott	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00			
		Venusz, Liga margarin	531,21	127,08	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		Összesen:	8 374,24	2 003,40	71,33		10,31	319,83	81,21	10,41			
	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Áfonyalekvár	310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04		
			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	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04		
		E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24		
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
			Paradicsom martas	1 260,57	301,57	5,77	10,09	1,06	46,56	19,98	1,87		
			Féladagos burgonya	666,31	159,40	4,25	0,34	0,04	34,00	0,00	1,49		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált 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:	7 855,35	1 879,26	66,61		6,52	320,22	80,58	12,83			





2022.10.15. szombat	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
			Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Tavaszi leves	621,69	148,73	4,87	5,76	0,68	18,99	0,00	2,66	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Paradicsom martas	1 260,57	301,57	5,77	10,09	1,06	46,56	19,98	1,87	
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Összesen:	8 111,38	1 940,52	70,72		23,61	202,04	87,67	8,18		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	





2022.10.15.
szombat

		(00121) Epés szoc.otthon										
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	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	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04		
	E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24	 	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Harcspástétom, zöldfűszeres	1 394,99	333,73	8,70	30,40	4,10	5,90	0,24	1,50		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	9 433,57	2 256,82	73,21		9,12	361,63	67,68	13,46		
(00122) Epés pépes 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		
		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	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04		
	E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24	 	





2022.10.15.
szombat

2022.10.15. szombat	(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
			Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68		
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Harcapástétom, zöldfűszeres	1 394,99	333,73	8,70	30,40	4,10	5,90	0,24	1,50		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	9 433,57	2 256,82	73,21		9,12	361,63	67,68	13,46			
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	 	
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Sült sütőtök *O	520,13	124,43	2,40	0,96	0,00	26,40	0,00	0,03		
E		Tavaszi leves	621,69	148,73	4,87	5,76	0,68	18,99	0,00	2,66	 		
		Húsgombóc (normál)	836,83	200,20	17,08	7,04	2,32	16,87	0,00	3,10			
		Paradicsom martas diab.	616,48	147,48	4,07	6,12	0,63	18,85	0,00	4,52	 		
U		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	 		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				





2022.10.15.
szombat

		(00130)									
		Cukros 180 g									
V	Füst.trapista	882,82	211,20	15,60	16,20	10,80	0,72	0,30	1,08		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	Összesen:	6 093,57	1 457,79	67,56		18,08	186,19	2,36	13,80		
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		
	Áfonyalekvár	310,22	74,22	0,30	0,00	0,00	18,00	15,60	0,04		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04	
	E	Tavaszi leves	462,48	110,64	2,93	5,15	0,61	12,87	0,00	2,24	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
		Kenyér, félbarna	540,54	129,31	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	
Harcapástétom, zöldfűszeres		1 394,99	333,73	8,70	30,40	4,10	5,90	0,24	1,50		
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Összesen:		9 133,71	2 185,08	76,11		10,06	344,48	62,34	14,46		





2022.10.15. szombat (00191) Cukros-epés-purinszegény	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	
		Diab. almabefőtt	116,65	27,90	0,18	0,17	0,00	6,14	0,00	0,16	
	E	Tavaszi leves	621,69	148,73	4,87	5,76	0,68	18,99	0,00	2,66	
		Natúr sertésszelet	1 251,91	299,50	13,48	24,27	6,81	6,44	0,00	3,11	
		Burgonyafőzelék diab.	1 210,43	289,58	6,17	9,80	1,10	43,24	0,00	3,32	
	U	Sajt klf. Trappista	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	
		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	
		Harcspástétom, zöldfűszeres	1 394,99	333,73	8,70	30,40	4,10	5,90	0,24	1,50	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	Összesen:		7 713,49	1 845,34	63,92		21,43	190,46	2,50	14,07	





2022.10.16. vasárnap												
(00101) Normál szoc.otthon												
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Hagymás tojásrántotta	1 024,63	245,12	12,36	19,88	3,79	3,85	0,00	3,27		
		Rozskenyér	1 337,60	320,00	11,64	1,73	0,32	63,39	0,93	1,58		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	 	
		Pulykapörkölt	1 107,79	265,02	28,68	14,37	2,88	4,90	0,00	2,48		
		Tarhonya köret	2 039,44	487,91	16,57	10,73	1,48	80,68	0,00	2,16	 	
		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		
		Főtt, füstölt tarja	456,46	109,20	8,40	7,80	3,18	1,38	0,48	1,92		
		Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	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:	8 614,25	2 060,81	96,39		12,11	279,90	47,41	17,75		
	R	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		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	









2022.10.16.
vasárnap

(00112) Pépes szoc. otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	Összesen:		8 418,34	2 013,96	95,56		14,45	299,97	64,23	17,92		
(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Hagymás tojásrántotta	1 024,63	245,12	12,36	19,88	3,79	3,85	0,00	3,27		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	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	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11		
		Paprikás szelet	3 211,92	768,40	19,39	70,53	22,26	13,11	0,00	1,23		
		Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47		
Csemege uborka konzerv		46,03	11,01	0,48	0,08	0,00	2,08	0,00	1,92			





2022.10.16.
vasárnap

		(00113)												
		Tej és												
		tejművelés												
Tejmentes pépes szoc. otthon	(00114)	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Főtt, füstölt tarja	456,46	109,20	8,40	7,80	3,18	1,38	0,48	1,92			
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
			Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Összesen:	10 202,12	2 440,67	76,22		31,28	272,20	45,58	20,92				
	Tejmentes pépes szoc. otthon	R		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
				Hagymás tojásrántotta	1 024,63	245,12	12,36	19,88	3,79	3,85	0,00	3,27		
				Kenyér, félbarna	1 081,08	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		Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11	    	
				Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
				Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75		
				Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			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	 			
	Reszelt alma		247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02				
	Összesen:	8 104,76	1 938,93	87,89		12,37	275,93	59,50	18,74					





2022.10.16.
vasárnap

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11	
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	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	
	Aludttej poharas	540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60	
	Összesen:	7 355,61	1 759,72	83,33		14,55	250,78	89,63	11,46	





2022.10.16.
vasárnap

Epés szoc.otthon (00121)	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			
		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	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11			
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19			
		Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47			
		Almabefőtt	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			
		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			
		Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
		Összesen:	8 746,01	2 092,34	90,43		12,74	307,02	66,20	16,68			
	Epés pépes szoc. otthon (00122)	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kétfíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11			





2022.10.16.
vasárnap

		(00122)									
		Epés pépes szoc. otthon									
E	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
	Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06		
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	
		Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02	
	Összesen:		9 120,33	2 181,90	100,96		14,77	328,95	67,73	16,98	
R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Hagymás tojásrántotta	1 024,63	245,12	12,36	19,88	3,79	3,85	0,00	3,27		
	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89	
		Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48	
		Petrezselymes burgonya	1 182,55	282,91	6,22	6,57	0,75	48,48	0,00	0,99	
	U	Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	





2022.10.16.
vasárnap

		(00130)									
		Cukros 180 g									
Sószegegy szoc. otthon (00165)	V	Főtt, füstölt tarja	456,46	109,20	8,40	7,80	3,18	1,38	0,48	1,92	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Kápia paprika	51,60	12,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	7 911,87	1 892,79	84,19		14,20	182,71	9,18	11,38	
	R	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	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Húsleves	672,87	160,97	7,60	3,53	0,34	24,62	0,10	6,11	
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Parolt rizskoret 100. g.	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	2,47		
	Almabefőtt	288,88	69,11	0,24	0,24	0,00	16,16	11,68	0,00		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	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		
	Alma	145,41	34,78	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	8 944,56	2 139,83	92,79		12,90	314,32	64,78	16,21		





2022.10.16.
vasárnap

(00191)
Cukros-epés-purinszegény

R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
	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	
	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
E	Zöldségleves	610,18	145,98	4,48	5,78	0,68	18,65	0,00	2,46	
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Parolt rizskoret 50 g.	899,29	215,14	4,00	4,79	0,56	38,75	0,00	0,99	
	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	
	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:		7 559,17	1 808,43	82,72		15,62	184,53	16,07	9,79	

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

