



Tételes étlap 2022.10.31. - 2022.11.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.10.31. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Kuglóf	1 513,16	362,00	9,98	4,72	3,04	62,36	16,36	0,77		
		T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E Frankfurti leves	1 223,82	292,78	9,55	17,60	4,90	23,69	0,98	2,51		
		Mákos metélt	2 831,69	677,44	21,70	22,98	5,09	95,15	19,98	0,57		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Bécsi felvágott	396,00	94,74	10,80	5,40	0,00	0,18	0,00	1,50		
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
		Összesen:	8 485,86	2 030,11	70,99		15,07	299,90	83,96	7,01		
(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			
	Kuglóf	1 513,16	362,00	9,98	4,72	3,04	62,36	16,36	0,77			
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	E Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02			
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51			





		2022.10.31. hétfő											
(00112)	Pépes szoc. otthon	E	Vegyes gyümölcsmártáspüré	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		
			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:	6 750,18	1 614,86	61,46		9,76	254,78	88,87	9,96		
(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		
			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		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
			Csemege sertés karaj	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	2,96		
			Vegyes gyümölcsmártás T.M.	1 172,84	280,58	2,67	1,09	0,05	62,75	36,33	0,35		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Bécsi felvágott	396,00	94,74	10,80	5,40	0,00	0,18	0,00	1,50		
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	6 316,63	1 511,15	66,61		8,60	231,77	81,63	13,15				





2022.10.31. hétfő	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Darált zalai felv.	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	
		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	
			Vegyes gyümölcsmártáspüré	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	
			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:	6 459,12	1 545,23	62,28		9,83	234,78	72,81	12,24		
	(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			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	




















2022.10.31.
hétfő

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99				
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19				
		Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39				
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00				
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94				
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
	Összesen:		7 707,34	1 843,86	65,15		22,51	201,97	94,96	7,03				
(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				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02				
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82				
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68				
		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02				





2022.10.31.
hétfő

		(00121)											
		Epés szoc.otthon											
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:		8 530,78	2 040,85	84,75		22,88	266,48	62,40	12,40				
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	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	  	
			Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
	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			
		Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	 		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Összesen:		10 057,47	2 406,08	91,75		24,04	307,46	83,00	13,73			





2022.10.31.

hétfő

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	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	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
	Rakott brokkoli mir.	2 034,29	486,67	32,50	24,49	8,17	33,26	1,98	4,29	
U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Bécsi felvágott	396,00	94,74	10,80	5,40	0,00	0,18	0,00	1,50	
	Korpás zsemle	1 074,18	256,98	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
	Összesen:	6 753,48	1 615,68	86,14		15,92	186,93	3,79	13,08	





2022.10.31. hétfő (00165) Sószegény 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		
	Kuglóf	1 513,16	362,00	9,98	4,72	3,04	62,36	16,36	0,77		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00		
	Vegyes gyümölcsmártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
	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		
	Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	7 559,32	1 808,44	70,26		9,49	292,78	90,88	9,76		
2022.11.01. kedd (00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31		
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
	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	Zöldségleves vajgaluskával	1 121,06	268,20	6,87	15,30	3,57	25,51	0,04	2,60		





2022.11.01. kedd	(00101) Normál szoc.otthon	E	Erdélyi rakott káposzta	2 504,51	599,17	28,90	34,74	15,19	38,06	2,74	5,22		
		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	49,63	11,87	0,36	0,03	0,00	2,49	0,00	0,01		
			Összesen:	8 471,11	2 026,58	77,15		29,77	241,18	48,36	14,92		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43		
			Kenyér, félbarna	1 081,08	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	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33		
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
			Tejf.burgonyafőzelék diétás	1 078,05	257,91	7,23	2,95	1,55	49,50	0,66	2,70		
		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			
	Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45				





2022.11.01.

kedd

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

00112

V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
	Összesen:	7 543,76	1 804,73	77,41		18,11	266,40	50,77	14,14		
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	   	
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	 	
	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	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14	   	
	Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19		
	Csemege uborka konzerv	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		
	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:	7 907,43	1 891,73	77,21		19,30	251,41	47,58	18,95		





2022.11.01.

kedd

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	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	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
			Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
			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	
			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:		8 003,29	1 914,65	79,58		18,98	273,30	61,71	16,00	





2022.11.01.
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	
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
T	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
E	Zöldbabpure leves diab.*mir.*	597,86	143,03	4,87	5,49	0,62	18,21	0,00	3,12	
	Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
	Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:	7 306,44	1 747,95	54,13		9,79	230,65	64,99	6,69	

(00121)
Epés szoc.otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
	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	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33	





2022.11.01. kedd	(00121) Epés szoc.otthon	E	Natur szelet	1 294,41	309,67	26,55	19,10	4,52	7,52	0,00	3,20				
			Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68				
			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				
			Csirkemell sonka	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56				
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
			Összesen:	9 145,21	2 187,85	94,13		13,86	321,66	65,67	16,95				
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Daráltvirsli	1 001,33	239,55	13,38	19,46	7,78	3,65	0,61	2,43				
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
		T	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02				
		E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33				
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21				
			Burgonyafőzelék tejmentes	957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68				
		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					
	Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56						





2022.11.01. kedd	00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	8 567,72	2 049,69	89,27		12,63	314,73	65,70	14,08		
	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	
			Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31		
			Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38		
		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	Zöldbaleves diab.*mirelit*	707,26	169,20	5,56	7,32	1,75	19,84	0,50	3,14		
			Paprikásburgonya diab.	1 860,21	445,03	26,49	17,88	4,00	43,23	0,00	4,17		
			Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20		
		U	Sajt kocka (8 db)	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23		
			Korpás zsemle	268,55	64,25	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28		
		V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			





2022.11.01. kedd		00130									
2022.11.02. szerda		00101									
Sószegény szoc. otthon (00165)	V	Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00	
		Összesen:	6 771,86	1 620,08	76,76		19,15	187,43	3,42	14,16	
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Főtt virsli	950,11	227,30	12,69	18,46	7,38	3,46	0,58	2,31	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Alma	145,41	34,78	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	E	Zöldbableves *mirelitből	638,24	152,69	5,36	5,55	0,62	19,96	0,00	2,83	
		Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Csirkemell sonka	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	8 059,37	1 928,07	83,94		12,85	276,04	48,82	13,98		
Normál szoc.otthon (00101)	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Paprikás tejföl	1 719,72	411,42	5,13	40,04	25,00	6,43	5,80	1,18	
		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	Lebbencsleves	997,25	238,58	5,71	9,54	1,04	31,81	0,00	1,71	
		Sertés pörkölt	1 310,10	313,42	28,11	19,96	4,81	4,91	0,00	2,26	



















2022.11.02. szerda	(00101) Normál szoc.otthon	E	Gyöngybab főzelék	2 282,97	546,17	25,56	17,16	1,98	71,73	0,00	1,34		
			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		
			Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50		
			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:	10 443,13	2 498,36	98,86		35,98	300,58	51,62	12,70		
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Paprikás tejföl	1 719,72	411,42	5,13	40,04	25,00	6,43	5,80	1,18		
			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	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
			Sárgarépa-főzelékpüré (friss)	1 127,45	269,73	6,49	10,61	1,53	36,22	5,99	3,65		
		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				
	Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50				





2022.11.02.
szerda

00112	V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 
		Összesen:	8 357,28	1 999,36	66,88		33,02	256,97	56,79	17,43	
(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	
		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	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	690,79	165,26	4,25	0,97	0,12	34,27	7,99	2,50	
		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	
		Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50	 
		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:	6 683,00	1 598,80	59,99		7,51	265,47	69,19	15,11	





2022.11.02.

szerda

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	Kenyér, félbarna	1 081,08	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	Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Sárgarépa főzelék *mir.* TM.	690,79	165,26	4,25	0,97	0,12	34,27	7,99	2,50		
	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		
		Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:		6 242,28	1 493,36	60,42		7,64	241,58	69,19	12,16		





2022.11.02. szerda		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon										
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Zellerkrémleves (frissből)	768,94	183,96	4,89	9,02	2,23	20,32	0,66	3,46		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Sárgarépa főzelékpüré (friss)	1 127,45	269,73	6,49	10,61	1,53	36,22	5,99	3,65		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
Aludttej poharas		540,96	129,42	6,80	7,20	3,91	9,20	0,00	0,60			
Összesen:		5 538,72	1 325,06	49,40		12,28	174,51	67,90	8,25			
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Kétféle túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14			































2022.11.02.
szerda

		(00121) Epés szoc.otthon									
R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
	Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
	Sárgarépa főz.tejmentes (friss)	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55		
	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		
	Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
Összesen:		8 205,80	1 963,11	82,60		12,66	290,06	53,45	18,14		
		(00122) Epés pépes szoc. otthon									
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	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
	Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		
	Sárgarépa főz.püré (friss) TM.	1 026,02	245,46	4,79	9,86	1,13	33,57	5,99	3,58		
	Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		





2022.11.02.
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		
		Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50	 	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 322,07	1 990,93	82,27		12,87	293,19	59,44	16,17		
	(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	
			Paprikás tejföl	1 719,72	411,42	5,13	40,04	25,00	6,43	5,80	1,18	
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			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	3,12	0,40	0,11	17,13	0,37	0,38	
		E	Zellerkrémleves (frissből)	821,83	196,61	3,94	12,00	2,04	17,47	0,38	1,36	     
			Sertés vetrece	1 463,74	350,18	29,29	21,34	5,56	9,78	0,33	3,29	   
			Szarvacska tészta	1 246,41	298,18	10,50	5,63	0,80	51,03	0,00	1,12	 
		U	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	      
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50	 		
	Korpás zsemle	805,63	192,73	8,01	1,15	0,10	36,42	0,00	0,84			


















2022.11.02. szerda	00130	V	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
			Összesen:	7 827,02	1 872,50	75,44		36,67	178,93	7,81	10,51	
	Sószegény szoc. otthon (00165)	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95	
			Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15	
			Sárgarépafőz.tejmentes (frissr	909,75	217,64	5,12	8,03	0,92	30,44	0,00	5,55	
			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	
			Finom májas	504,60	120,72	8,07	7,86	2,34	3,93	0,00	1,50	
			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:	8 225,46	1 967,81	83,00		12,66	290,74	53,45	18,15	





2022.11.03.
csütörtök

		(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	
		Vaníliás tej	1 101,94	263,62	10,20	4,56	2,49	45,17	29,27	0,76	 
		Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18	
		Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94	
	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
	E	Rizsleves	584,42	139,81	3,08	5,48	0,71	19,28	0,00	3,69	     
		Gombás pulykatokány	1 432,18	342,63	25,64	23,99	5,16	5,59	0,00	2,84	
		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	
		Főtt császárszalonna	895,36	214,20	7,80	19,80	8,40	1,20	0,30	1,68	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 
	Összesen:		10 098,52	2 415,90	89,16		22,95	337,71	77,87	13,20	
	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
		Vaníliás tej	1 101,94	263,62	10,20	4,56	2,49	45,17	29,27	0,76	 
		Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18	
		Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94	
T		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
E		Daragaluska leves	989,26	236,67	6,53	10,46	1,26	28,60	0,00	2,84	  





2022.11.03.
csütörtök

2022.11.03. csütörtök	(00112) Pépes szoc. otthon	E	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31				
			Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06				
			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 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:	8 775,84	2 099,49	76,03		16,94	319,44	78,84	14,36				
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. ottho	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01				
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00				
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
		T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06				
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75				
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82					
		Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03					
		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					
	Főtt császárszalonna	895,36	214,20	7,80	19,80	8,40	1,20	0,30	1,68						





2022.11.03. csütörtök	00113	V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
			Összesen:	7 871,40	1 883,11	70,75		15,67	269,02	61,67	13,35			
	(00114)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
			Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08			
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
		E	Daragaluska leves	885,74	211,90	5,62	9,34	1,16	26,00	0,00	2,43			
			Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31			
			Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03			
			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			
			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			
				Összesen:	7 521,03	1 799,28	71,95		6,17	285,56	61,61	14,92		





2022.11.03. csütörtök		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon										
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Ivóoghurt	694,32	166,11	5,59	5,79	3,13	22,45	12,99	0,49		
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75		
		Majorannás darált sertéshús	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
Reszelt sajt		1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94			
Kefír, 140 g		1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
Összesen:		9 437,47	2 257,78	89,08		30,60	212,88	79,03	9,76			
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			





2022.11.03.
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	R	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	
		Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	
		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	
		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:	8 110,98	1 940,42	70,92		9,96	320,19	65,33	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	
		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	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06	
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	
Tökfőzelék tejmentes		518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03		





2022.11.03.
csütörtök

		(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		
		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:			8 110,98	1 940,42	70,92		9,96	320,19	65,33	14,21		
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		
		Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
		Vajas jellegű kifli	943,52	225,72	7,31	2,34	1,19	40,37	2,10	0,71		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
		Vajas jellegű kifli	314,51	75,24	2,44	0,78	0,40	13,46	0,70	0,24		
	E	Daragaluska leves diab.	652,37	156,07	3,73	8,72	1,04	15,41	0,00	2,42		
		Majorannás aprópecsenye	1 345,99	322,01	25,56	23,05	4,98	2,67	0,00	2,00		
		Tökfőzelék	1 460,42	349,38	8,75	15,22	3,40	43,52	0,94	1,58		
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			
	Főtt császárszalonna	895,36	214,20	7,80	19,80	8,40	1,20	0,30	1,68			





2022.11.03. csütörtök	00130	V	Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
		Összesen:			7 339,59	1 755,89	72,06		24,21	176,75	4,54	10,25	
	(00165) Sószegény szoc. otthon	R		Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
				Vaniliás tej	1 101,94	263,62	10,20	4,56	2,49	45,17	29,27	0,76	
				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	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		E		Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
				Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
				Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03	
				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	
			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:			9 269,47	2 217,57	85,78		14,48	335,56	78,40	12,48		





2022.11.04.
péntek

Normál szoc.otthon (00101)	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Májusi csemege	460,17	0,00	6,20	8,77	3,30	1,42	0,00	1,11			
		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			
	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			
		Kolozsvári sertés szelet	1 871,54	447,74	31,91	31,89	12,45	7,16	0,20	2,86			
		Vajas burgonya	1 434,58	343,20	7,55	7,60	3,38	60,05	0,05	3,00			
		Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
		Összesen:	8 583,16	1 943,29	83,13		26,82	265,69	48,95	17,08			
	Pépes szoc. otthon (00112)	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			
		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			





2022.11.04.
péntek

		(00112)									
		Pépes szoc. otthon									
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96		
	Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	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:	7 927,73	1 896,58	77,07		15,61	301,29	79,78	11,98		
		(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		
	Májusi csemege	460,17	0,00	6,20	8,77	3,30	1,42	0,00	1,11		
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	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		
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		
	Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48		
	Parolt rizskoret 80. g.	1 618,72	387,25	7,20	8,62	1,00	69,75	0,00	1,98		





2022.11.04.
péntek

		(00113)										
		Tej és tejszékémes										
E	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	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			
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
	Összesen:	8 584,58	1 943,62	78,76		21,23	259,59	59,90	10,68			
		(00114)										
		Tejmentes pépes szoc. otthon										
R	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			
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51			
	Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75			
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			
V	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			
	Összesen:	8 613,99	2 060,75	75,00		19,74	263,46	60,38	14,67			








2022.11.04.

péntek

(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
	Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07	
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:	7 412,96	1 773,43	73,48		11,71	215,66	84,17	6,50	





2022.11.04.

péntek

(00121)

Epés szoc.otthon

R	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				
	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		
			Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48		
	Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16				
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00				
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	Összesen:		9 370,48	2 241,73	84,04		14,87	295,82	64,90	8,64			
	R	Epés pépes szoc. otthon	(00122)	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		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12			

















2022.11.04.
péntek

(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		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:		8 805,77	2 106,64	79,27		16,51	299,76	65,13	12,70			
	(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Májusi csemege	460,17	0,00	6,20	8,77	3,30	1,42	0,00	1,11		
			Csészsés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		E	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		
Párolt rizs diab.			1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53			
Diab. almabefőtt			233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33			
U		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03			
		Korpás zsemle	268,55	64,25	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28			





2022.11.04.
péntek

(00130) Cukros 180 g CH	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Sajt kocka (8 db)	413,82	99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 		
		Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84			
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
		Összesen:	7 778,43	1 750,78	74,34		17,54	179,28	9,63	8,41			
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	  	
			Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48	 	
			Párolt rizs	1 958,68	468,58	7,20	17,62	2,03	69,75	0,00	1,16		
			Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Sajt kocka (8 db)	413,82		99,00	5,50	7,50	4,90	2,36	2,06	0,46	 			
Zsemle, vizes	1 453,64		347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				





2022.11.05. szombat (00101) Normál szoc.otthon	22.11.1. (00165)	V	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
			Összesen:	9 708,29	2 322,54	79,94		14,62	298,77	71,10	7,32	
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Szilvadzsem	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	12,27	0,02		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	E	Brokkoli krémleves	646,16	154,58	7,16	7,98	1,69	13,37	0,60	4,25		
		Tavaszi rizseshús	2 985,82	714,31	27,41	35,74	5,86	69,83	0,00	1,64		
		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		
		Füst. sertés kolbász	1 447,12	346,20	11,22	26,70	12,30	3,96	0,30	1,86		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	9 742,29	2 330,68	77,47		23,48	294,02	72,77	12,16			





2022.11.05.

szombat

(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	
	Szilvadzsem	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	12,27	0,02	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 
T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00	
E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
	Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73	
	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	
	Kapros túró	975,91	233,47	14,82	6,84	4,36	8,68	4,60	1,16	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 
	Összesen:	8 079,36	1 932,86	90,71		9,41	294,40	87,42	11,61	





2022.11.05.

szombat

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Szilvadzsem	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	12,27	0,02		
	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	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
		Főtt hús	865,41	207,04	27,30	10,53	3,75	0,52	0,00	0,27	
		Meggymártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73	
		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	
		Füst. sertés kolbász	1 447,12	346,20	11,22	26,70	12,30	3,96	0,30	1,86	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
	Összesen:		8 194,25	1 960,36	70,01		21,17	268,77	83,12	11,15	





2022.11.05.

szombat

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	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		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21	
		Meggy mártás *mir.* TM.	1 002,86	239,92	2,80	1,06	0,03	52,54	25,55	0,73	
		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 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:		6 783,75	1 622,91	58,14		9,43	265,93	87,05	10,22	





2022.11.05. szombat		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon										
(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60	 	
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73		
		Pírtott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Összesen:	6 229,99	1 490,43	42,38		8,60	180,94	78,24	6,02			
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		





2022.11.05.
szombat

(00121) Epés szoc.otthon	R	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00			
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
	T	Túró rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25			
		Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75			
		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			
		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			
		Összesen:	8 367,59	2 001,82	80,64		12,27	307,76	94,45	9,53			
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
T		Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
E		Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			





2022.11.05. szombat		(00122) Epés pépes szoc. otthon										
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	E	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73		
		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		
		Kétféle túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		8 033,22	1 921,83	74,39		10,36	312,91	95,29	9,01		
	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		
		Csészes margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
Zsemle, vizes		1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
T		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Korpvit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
E		Rizsleves	285,81	68,38	1,62	2,53	0,27	9,60	0,00	0,70		
		Főtt hús	865,41	207,04	27,30	10,53	3,75	0,52	0,00	0,27		
		Meggy mártás diab.	815,74	195,15	2,82	1,17	0,08	41,24	13,94	2,21		
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			





2022.11.05. szombat	(00130) Cukros 180 g Cukros 180 g otthon	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Füst. sertés kolbász	1 447,11	346,20	11,22	26,70	12,30	3,96	0,30	1,86			
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16			
			Összesen:	7 905,74	1 891,34	68,91		21,90	187,34	23,12	9,72			
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
			Csészes margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
			Szilvadzsem	284,27	68,00	0,39	0,00	0,00	16,20	12,27	0,01			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		T	Túrórudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
			Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25			
			Meggymártáspüré *mir.*	1 114,88	266,72	3,34	3,46	1,53	53,20	26,21	0,75			
			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			
			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:	9 125,09	2 183,03	90,41		14,56	331,45	91,93	9,46			





2022.11.06. vasárnap	(00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
			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	Orjaleves	543,26	129,97	4,46	6,80	0,64	12,74	0,00	2,25	
			Rántott csirkemell	1 609,16	384,97	35,01	15,55	2,09	25,80	0,00	2,04	
			Burgonyapüré	1 356,19	324,45	8,74	5,54	2,48	58,72	0,03	1,58	
			Ecetes cékla	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23	
		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	
		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:	8 267,93	1 977,97	92,14		10,66	276,78	54,25	15,66		
	(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	 	





2022.11.06.
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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96		
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Darált 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:	7 333,41	1 754,38	89,20		9,83	252,43	59,93	14,88		
		(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		
	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	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Orjaleves	543,26	129,97	4,46	6,80	0,64	12,74	0,00	2,25		
	Rántott csirkemell	1 609,16	384,97	35,01	15,55	2,09	25,80	0,00	2,04		
	Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00		
	Ecetes cékla	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.11.06.
vasárnap

(00113) Tej és tejtartalmúak	V	Sonka szalámi	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			
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
		Összesen:	8 027,03	1 920,33	90,31		8,25	276,97	53,29	16,50			
	(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	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36		
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
			Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68		
			Almabefőtt	252,77	60,47	0,21	0,21	0,00	14,14	10,22	0,00		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Darált sonka felv.			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:	6 765,37	1 618,48	86,39		7,85	230,76	55,60	16,38			





2022.11.06.
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		
	E	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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	
	V	Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78	
		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		Összesen:	8 287,78	1 982,72	77,18		25,81	212,10	80,07	8,59	
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
Májkrem 65 g, 62 g		737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		





2022.11.06.
vasárnap

(00121) Epés szoc.otthon	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96		
		Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60		
		Petrezselymes burgonya	1 697,65	406,14	8,93	9,39	1,07	69,69	0,00	1,42		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sonka szalámi	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:	8 232,33	1 969,45	92,62		13,28	282,39	48,30	12,96		
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
Zsemle, vizes			1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75		
		Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68		





2022.11.06.
vasárnap

00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 657,37	1 831,90	87,68		9,71	283,78	62,90	12,05	
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06	
	E	Csontleves diab.	476,79	114,06	3,46	6,95	0,62	9,38	0,00	2,66	
		Köményes sertéssült	2 442,84	584,41	15,16	56,10	18,60	4,01	0,00	3,11	
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	0,85	
		Ecetes cékla	212,30	50,79	1,05	0,08	0,00	11,13	6,39	0,98	
	U	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		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	
		Retek jégcsap	23,60	5,64	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	7 672,52	1 835,51	65,55		24,84	184,49	9,13	14,98	





**2022.11.06.
vásárnap**

(00165)
Sószegény szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	 	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves	856,11	204,81	6,26	11,79	1,19	18,24	0,00	1,46	  
		Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60	 
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Sonka szalámi	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	
		Retek jégcsap	23,60	5,64	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
	Összesen:		9 143,29	2 187,38	107,88		26,50	279,10	48,33	14,46	

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

