



Tételes étlap 2022.11.28. - 2022.12.04.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.11.28. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Vaníliás tej	1 101,94	263,62	10,20	4,56	2,49	45,17	29,27	0,76		
		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 Bakonyi betyárgulyás	1 275,90	305,24	17,75	19,69	6,36	12,83	0,69	3,09		
		Darásmetélt, barackíz	3 114,84	745,18	18,49	17,67	2,20	127,11	24,92	1,36		
		Porcukor	335,66	80,30	0,00	0,00	0,00	19,98	19,98	0,00		
		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:	9 852,97	2 357,17	79,38		14,50	375,55	137,86	8,87			
	(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Vaníliás tej		1 101,94	263,62	10,20	4,56	2,49	45,17	29,27	0,76			
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			





2022.11.28.

















hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	E	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					
		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:	7 838,35	1 875,19	67,36		10,65	309,35	118,14	11,44					
	(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				
			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 gyümölcs mártás T.M.	1 172,84	280,58	2,67	1,09	0,05	62,75	36,33	0,35					
		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					
		Bécsi felvágott	396,00	94,74	10,80	5,40	0,00	0,18	0,00	1,50					





2022.11.28.
hétfő

(00113) Tejmentes pépes szoc. otthon	V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
		Összesen:	6 708,58	1 604,92	69,11		8,63	251,77	81,63	14,14		
	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 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		
		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:	6 851,07	1 639,00	64,78		9,86	254,78	72,81	13,23		





2022.11.28.

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	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Olasz 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 gyümölcsmártáspüré	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	


















2022.11.28.
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	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		
	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	
	(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	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		





2022.11.28.
hétfő

(00122) Epés pépés otthon	V	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:	9 330,65	2 232,20	85,50		23,81	273,19	82,25	12,96			
	(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			





2022.11.28. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon												
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Vaníliás tej	1 101,94	263,62	10,20	4,56	2,49	45,17	29,27	0,76			
	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			
	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				
Összesen:		7 920,67	1 894,89	69,91		10,15	313,08	119,40	10,47			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Sült kolbász	2 006,41	480,00	16,25	46,37	16,99	1,25	0,25	2,25			





2022.11.29. kedd		(00101) Normál szoc.otthon													
(00112) Pépes szoc. otthon	R	Majonézes torma	113,33	27,11	0,39	0,06	0,00	6,23	4,00	0,00					
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00					
	T	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00					
	E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41					
		Sertés pörkölt	1 310,10	313,42	28,11	19,96	4,81	4,91	0,00	2,26					
		Gyöngybab főzelék	2 282,97	546,17	25,56	17,16	1,98	71,73	0,00	1,34					
	V	Korpás kenyér	668,80	160,00	5,89	0,81	0,21	31,43	0,82	0,70					
		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:	11 385,04	2 723,68	111,67		34,11	316,08	57,35	14,36					
	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		Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00					
E		Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33					





2022.11.29. kedd	(00112) Pépes szoc. otthon	E	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 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			
		Összesen:	7 815,05	1 869,63	78,13		23,63	264,44	58,05	14,12				
	(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			
			Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06			
			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	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		E	Zöldbableves *mir.* TM.	654,23	156,51	5,17	5,57	0,64	21,11	2,00	3,14			
			Paprikás burgonya hússal	2 178,99	521,29	29,00	16,24	3,81	63,00	0,00	4,19			
			Csemege uborka konzerv	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					





2022.11.29.

kedd

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	00113	V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
			Összesen:	7 810,93	1 868,64	77,12		18,92	243,85	47,50	18,69				
	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	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00				
		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	129,32	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 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:	8 117,55	1 941,99	80,68		24,50	259,54	54,89	15,98				





2022.11.29.
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	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00				
	E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33				





2022.11.29.
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:		9 259,47	2 215,18	95,23		19,38	307,90	58,85	16,93			
	(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	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00		
		E	Zöldbabpure leves *mirelitből	665,45	159,20	5,23	5,60	0,64	21,64	2,00	3,33		
			Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
Burgonyafőzelék tejmentes			957,57	229,08	6,62	0,52	0,05	48,45	0,00	2,68			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Darált csirkemell rolád	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:		7 955,16	1 903,14	84,12		17,92	266,70	58,13	13,29				





2022.11.29.

kedd

(00130) Cukros 180 g CU szoc otthon	V	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		
		Lilahagyma	33,09	7,92	0,24	0,02	0,00	1,66	0,00	0,00		
		Összesen:	7 828,16	1 872,78	80,32		28,76	185,22	3,09	14,10		
	(00165) Sószegény 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	Tejszelet	518,49	124,04	1,40	8,68	5,52	9,94	7,28	0,00	
		E	Zöldbaleves *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:	8 432,45	2 017,33	84,94		18,37	278,98	56,10	13,97	








2022.11.30.
szerda

(00101)
Normál 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			
	Vajas jellegű kifli	1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94			
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Zöldborsóleves	1 176,32	281,42	12,01	10,13	1,09	34,80	0,00	3,00	
			Bácskai rizseshús	3 150,27	753,65	38,00	30,32	6,21	81,26	0,00	4,74	
		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		
		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		
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:		9 749,02	2 332,31	84,18		36,53	281,25	53,60	15,76		
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
Kefír, 140 g		1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
Vajas jellegű kifli		1 258,02	300,96	9,74	3,12	1,58	53,82	2,80	0,94			
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Köménymag leves zsemlekočka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Húsgombóc (diétás)	1 086,76	259,99	20,17	9,29	2,76	23,61	0,00	3,15		















2022.11.30. szerda													
(00112) Pépes szoc. otthon	E	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	 		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
		Összesen:	8 306,76	1 987,27	65,89		12,24	258,50	60,23	15,37			
	(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		
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Csészes 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	 	
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	 			





2022.11.30.
szerda

00113	V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
		Összesen:	6 687,58	1 599,90	59,59		8,01	264,79	69,19	15,22		
(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		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	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95		
		Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21		
		Sárgarépa főzelék *mir.* 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	 	
		Összesen:	6 584,56	1 575,26	60,46		10,54	241,66	69,19	12,36		





2022.11.30. 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	
			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	
			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	
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		Összesen:	6 506,58	1 556,60	59,80		11,95	216,86	80,25	8,17		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kétféles túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		





2022.11.30.
szerda

(00121) Epés szoc.otthon	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		
Kétféles 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			
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			





2022.11.30.
szerda

00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	7 595,25	1 817,05	76,02		12,64	258,92	58,69	15,40	
(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	
		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	Zellerkrémleves (frissből)	821,83	196,61	3,94	12,00	2,04	17,47	0,38	1,36	
		Sertés vetreце	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	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
	Összesen:	7 998,77	1 913,60	75,86		37,94	181,73	9,49	10,30		











2022.11.30. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon											
2022.11.30. szerda (00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Köménymag leves zsemlekocka	438,18	104,83	2,13	5,77	0,64	10,97	0,00	2,95
	E	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	
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
		Összesen:	8 229,40	1 968,76	83,04		12,67	291,11	53,45	18,14	
2022.12.01. csütörtök (00101) Normál 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	
		Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18	




























2022.12.01. csütörtök													
(00101) Normál szoc.otthon	R	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 		
	T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01			
	E	Fahéjas szilvaleves	955,74	228,65	2,26	2,47	1,52	47,57	26,90	0,40			
		Fűszeres csirkecomb filé	1 128,15	269,89	31,48	15,26	2,82	1,38	0,00	0,48	 		
		Vajas burgonya	1 434,58	343,20	7,55	7,60	3,38	60,05	0,05	3,00			
		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			
		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:		8 724,03	2 087,07	82,00		24,85	285,92	72,75	11,09			
(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			
		Vajkrém	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18			
		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	Daragaluska leves	989,26	236,67	6,53	10,46	1,26	28,60	0,00	2,84	  		
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31	  		
		Tökfőzelék diétás	754,59	180,53	5,62	2,06	1,04	27,52	0,97	2,06	  		





2022.12.01. csütörtök		(00112)											
		Pépes szoc. otthon											
(00113)	Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	E	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:	7 868,14	1 882,34	71,69		14,80	282,85	60,87	14,89		
		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	  	
			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	 	
		T	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	     	
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	 	
			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				
	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:	8 313,92	1 988,97	84,45		20,19	237,21	45,62	15,15				





2022.12.01. csütörtök	Tejmentes pépes szoc. otthon (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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
		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	
			Tökfözelék 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	
			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:	7 486,49	1 791,03	70,95		6,17	285,06	75,71	14,88	





2022.12.01. 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	
			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	Ivóyoghurt	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		
	(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	





2022.12.01.
csütörtök

(00121) Epés szoc.otthon	R	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
		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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
	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:	8 100,68	1 937,96	69,92		10,46	319,69	79,43	14,29		
	(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		





2022.12.01.
csütörtök

		(00122)										
Epés pépes szoc. otthon	E	Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31		
		Tökfőzelék tejmentes	518,61	124,07	4,67	0,39	0,00	25,06	0,00	2,03		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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:	7 384,16	1 766,54	64,67		9,73	285,92	64,58	13,44		
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		
		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		
		Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
	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		
	Füst. sertés kolbász	1 447,12	346,20	11,22	26,70	12,30	3,96	0,30	1,86			





2022.12.01. csütörtök	00130	V	Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
			Összesen:	7 802,19	1 866,56	75,71		26,42	185,59	2,87	10,65	
	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	
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Mini margarin 10g	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	Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01	
		E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
			Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	
			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:	8 581,09	2 052,88	81,76		13,62	301,49	65,33	11,94	





2022.12.02.
péntek

(00101) Normál szoc.otthon	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	Ragu leves tárkonyos	1 140,06	272,74	17,34	13,52	2,73	20,01	0,33	2,47				
		Rizsfelfújt	2 958,34	707,73	22,21	11,54	4,94	127,74	26,00	0,57				
		Gyümölcsöntet	519,88	124,37	1,06	0,05	0,04	29,62	23,35	0,32				
	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:	8 953,60	2 031,90	74,67		18,03	343,78	98,38	8,44				
	(00112) Pépes szoc. otthon	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				





2022.12.02.
péntek

(00112) Pépes szoc. otthon	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:	8 001,25	1 804,08	80,14		18,53	283,96	63,53	13,01			
	(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			
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00				





2022.12.02.
péntek

		(00113)											
		Tej és											
		tejmentes											
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				
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				





2022.12.02.

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 félzsiros	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			
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			

(00121)

Epés szoc.otthon



















2022.12.02.
péntek

(00121) Epés szoc.otthon	R	Harcspástétom, zöldbúszeres	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				
(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Harcspástétom, zöldbúszeres	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			
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			

















2022.12.02.
péntek

(00122) Epés pépes szoc. otthon	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		
		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	  
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
		E	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		
V		Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		





2022.12.02.
péntek

(00130) Cukros 180 g CUL szoc. otthon	V	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		
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	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			
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
		Összesen:	9 732,53	2 328,34	79,94		15,12	298,77	71,10	7,44			

















2022.12.03.
szombat

(00101) Normál szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00						
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27						
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12						
		Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04						
		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	Csurgatott tésztaleves friss	590,90	141,36	4,49	6,08	0,87	16,88	0,09	3,24						
		Vagdalt (Stefania)	1 109,48	265,42	21,76	13,75	3,51	13,34	0,00	3,59						
		Parajfőzelék	1 027,26	245,76	9,96	12,99	2,79	21,99	0,80	3,17						
		Rozskenyér	668,80	160,00	5,82	0,87	0,16	31,70	0,47	0,79						
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		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:	8 673,77	2 075,05	80,18		19,36	286,59	46,66	16,94						
(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						





2022.12.03. szombat	(00112) Pépes szoc. otthon	R	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	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	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:	8 159,24	1 951,97	89,68		9,41	309,22	75,15	11,67		





2022.12.03.

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			
	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	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	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		
		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:		8 181,26	1 957,25	69,76		17,27	291,03	70,85	11,03		





2022.12.03.

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		
	Venusz, Liga margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	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	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:		7 675,57	1 836,27	61,66		12,33	291,03	70,85	10,50	





2022.12.03.

szombat










(00115)

Folyékony pépes szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
	Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	T	Puding	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Rizsleves	469,57	112,34	2,42	5,19	0,60	13,68	0,00	2,60		
		Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19		
		Meggy mártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73		
		Piritott dara 20g.	426,10	101,94	1,88	3,91	0,42	14,68	0,00	1,97		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		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		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
Összesen:		6 635,71	1 587,49	49,18		10,23	191,54	78,24	6,29			
(00121)	Epés szoc.otthon	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		
		Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		





2022.12.03. szombat		(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	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04			
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			
	Kefíres 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:	8 595,78	2 056,41	79,44		12,77	330,56	94,45	9,69			
2022.12.03. szombat		(00122) Epés pépes szoc. otthon										
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	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	Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04			
E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 		
	Darált serteshús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	0,21			
	Meggymártáspüré *mir.* TM.	999,98	239,23	2,79	1,04	0,03	52,39	25,55	0,73			





2022.12.03.
szombat

(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		
		Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 696,06	2 080,40	77,39		10,36	345,91	95,29	9,05		
	(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	
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
			Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Korpás zsemle	537,09	128,49	5,34	0,77	0,07	24,28	0,00	0,56	
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Sült sütőtök *O	520,13	124,43	2,40	0,96	0,00	26,40	0,00	0,03	
		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	
		Meggymártás diab.	815,74	195,15	2,82	1,17	0,08	41,24	13,94	2,21	 	
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			
	Főtt császárszalonna	895,36	214,20	7,80	19,80	8,40	1,20	0,30	1,68			





2022.12.03. szombat	00130	V	Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
			Összesen:	7 247,58	1 733,88	68,34		18,89	177,98	21,81	7,21		
	(00165) Sószegény szoc. otthon	R		Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
				Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
				Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
				Eperjam	160,20	38,33	0,56	0,16	0,00	8,22	0,00	0,04	
				Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T		Sült sütőtök	662,84	158,57	3,00	1,20	0,00	33,00	0,00	0,04	
		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	
				Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14	
				Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			Összesen:	9 204,97	2 202,15	89,38		14,56	346,27	79,66	9,53		





2022.12.04. 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		
		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	
	E	Párizsi csirkemell	1 932,57	462,34	30,41	32,85	4,13	10,71	0,00	1,93		
		Burgonyapüré	1 356,19	324,45	8,74	5,54	2,48	58,72	0,03	1,58		
		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		
		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		
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:		8 696,22	2 080,43	86,57			12,69	268,13	60,86	14,32	
	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		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96		





















2022.12.04.
vasárnap

(00112) Pépes szoc. otthon	E	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			
		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:	7 739,13	1 851,44	96,00		11,46	263,03	59,93	15,15			
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tojásrántotta	1 055,59	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		Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96			
		Sült csirkecomb	2 042,90	488,73	50,23	31,07	5,26	1,47	0,00	2,38			
		Tejment.burg.pure 200 g.	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	2,68			
		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			
		Sonka szalámi	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68			





2022.12.04.
vasárnap

(00113) Tej és tejtermékek	V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		Összesen:	7 863,06	1 881,09	101,82		10,83	230,43	59,90	16,00		
(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		





2022.12.04. vasárnap		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon														
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27						
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25						
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00						
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98					
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19					
		Burgonyapure 200 gr.	1 055,27	252,46	7,41	4,95	2,27	43,74	0,03	2,78						
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00						
		Reszelt sajt	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94						
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18						
	Összesen:		8 287,78	1 982,72	77,18		25,81	212,10	80,07	8,59						
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00							
	Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22							
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54							
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00						





2022.12.04. vasárnap		(00121) Epés szoc.otthon												
(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96				
		Őszibarackos csirkemell	1 464,83	350,44	37,27	17,61	5,82	10,00	0,00	3,60				
		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			
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
		Májkrém 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22				
		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					





2022.12.04. 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	0,00							
			Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30								
			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								
			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								
			Párizsi csirkemell	1 932,57	462,34	30,41	32,85	4,13	10,71	0,00	1,93								
			Burgonyapüré	1 277,11	305,53	8,66	5,75	2,61	53,74	0,03	2,59								
		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								
			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								
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00								
			Összesen:	7 104,10	1 699,54	80,08		12,81	178,61	2,39	14,48								





**2022.12.04.
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	
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
Összesen:		9 152,45	2 189,58	107,92		26,49	279,25	48,33	14,46			

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviseleti fórum

