



Tételes étlap 2022.12.19. - 2022.12.25.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.12.19. hétfő	(00101) Normál szoc.otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34		
		Korpás kenyér	1 337,60	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 Zöldborsós raguleves	1 107,90	265,05	18,56	12,08	1,93	19,92	0,00	2,46		
		Tejberizs, kakaós porcukor	2 627,32	628,54	20,84	12,15	6,24	108,52	31,48	1,28		
		V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,99	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Összesen:	8 238,40	1 970,90	86,48		19,41	296,16	83,26	9,66			
(00112) Pépes szoc. otthon	R Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34			
	Korpás kenyér	1 337,60	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 Zöldborsós raguleves	1 107,90	265,05	18,56	12,08	1,93	19,92	0,00	2,46			





2022.12.19.
hétfő

(00112) Pépes szoc. otthon	E	Tejberizs, kakaós porcukor	2 627,32	628,54	20,84	12,15	6,24	108,52	31,48	1,28	 		
	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	 		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 		
		Összesen:	8 720,20	2 086,16	87,14		21,05	314,47	99,51	9,76			
	(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	     	
			Kenyér, félbarna	1 081,08	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	      		
		Majorannás aprópecsenye*	1 393,36	333,34	25,28	25,23	5,23	0,89	0,00	1,24			
		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			
		Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21	     		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 			





2022.12.19.
hétfő

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	00113	V	Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Összesen:	7 548,44	1 805,84	77,13		15,41	239,67	53,37	14,53	
		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Májkrem 65 g, 62 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
			Vagdalt (normál)	1 188,72	284,38	22,06	13,60	3,46	18,08	0,00	3,41	
			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	
			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:	7 311,04	1 749,04	73,43		13,64	255,66	53,37	16,70	





2022.12.19.
hétfő

(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Zöldborsós raguleves	1 107,90	265,05	18,56	12,08	1,93	19,92	0,00	2,46	
		Tejberizs, kakaós porcukor	2 627,32	628,54	20,84	12,15	6,24	108,52	31,48	1,28	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00	
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		Összesen:	7 340,56	1 756,11	62,12		12,13	277,80	105,08	4,34	
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
		Majorannás aprópecsenye	1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82	





2022.12.19.
hétfő

(00121)	Epés szoc.otthon	E	Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	707,61	169,28	4,37	0,99	0,12	35,08	7,99	2,53			
			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			
			Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,99	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Összesen:	9 574,16	2 290,46	81,08		12,78	310,20	88,48	11,93				
	(00122)	Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
				Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00		
				Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
				Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
T			Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36			
		Vagdalt (diétás)	1 063,81	254,50	20,55	12,57	3,20	14,50	0,00	3,31				
		Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.	707,61	169,28	4,37	0,99	0,12	35,08	7,99	2,53				
		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				





2022.12.19.
hétfő

00122	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		Összesen:	9 372,02	2 242,10	74,35		12,01	324,56	88,48	14,44	
(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Körözött túró házi	812,40	194,35	16,65	11,51	7,47	5,74	4,84	1,34	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
	T	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	E	Csontleves házi betéttel	405,39	96,98	4,84	2,64	0,13	13,47	0,05	2,98	
		Sertés tokány	1 318,57	315,45	26,32	20,89	5,65	5,09	0,50	3,23	
		Tarhonya koret diab.	1 129,68	270,26	7,59	10,07	1,26	37,00	0,00	2,97	
		Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20	
	U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	V	Keserü tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,98	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Összesen:	8 014,88	1 917,45	87,82		21,21	180,62	14,39	15,42	





2022.12.19. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon												
2022.12.19. hétfő (00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Barackíz	483,32	115,62	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Csontleves házi betéttel	623,67	149,20	7,39	3,35	0,28	22,29	0,08	3,36	
	Majorannás aprópecsenye		1 393,86	333,46	25,29	25,23	5,23	0,90	0,00	0,82		
	Sárgarépa főzelékpüré *mir.*TM.		707,61	169,28	4,37	0,99	0,12	35,08	7,99	2,53		
	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		
		Sajtos párizsi	461,47	110,40	7,99	9,48	3,06	0,56	0,30	1,19		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
Összesen:		9 606,92	2 298,29	81,56			12,78	311,40	88,48	11,93		
2022.12.20. kedd (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		





2022.12.20.

kedd

(00101) Normál szoc.otthon	R	Búrkifli, dejós	2 620,86	627,00	11,76	17,24	9,40	81,92	34,62	0,64		
	T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	E	Zabgaluskás leves F*	485,30	116,10	5,24	2,32	0,26	18,23	0,00	1,53		
		Vagdalt	1 425,87	341,12	20,59	21,00	4,11	17,04	0,00	1,73		
		Sárgaborsófőzelék	2 232,41	534,07	26,60	15,02	1,83	72,49	0,00	1,70		
		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		
		Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87		
		Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05		
		Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81		
		Összesen:	13 716,87	3 281,55	132,39		29,99	418,51	108,54	11,60		
	(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	
			Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83	
T		Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
E		Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		
		Almamartas (friss gy.)	1 057,63	253,02	3,49	2,48	0,91	53,22	29,67	0,63		





2022.12.20. kedd	(00112) Pépes szoc. otthon	E	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	
			Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87	 
			Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05	 
			Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98	
			Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81	 
		Összesen:	11 195,69	2 678,38	125,55		21,37	370,85	127,75	14,89		
	(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	
			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	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	  
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
			Almamártás (friss) TM.	754,67	180,54	2,77	0,78	0,01	39,89	17,98	0,02	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87	 		





2022.12.20.
kedd

(00113) Tej és tejtermékek												
V	Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05			
	Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98			
	Vanília puding*TM	837,03	200,25	0,72	2,00	0,30	44,70	36,91	0,54			
	Összesen:	11 447,85	2 738,71	124,18		19,28	335,93	100,13	18,11			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02			
E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08			
	Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
	Almamártáspüré (friss) TM.	751,79	179,85	2,76	0,76	0,00	39,75	17,98	0,02			
	Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99			
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87			
	Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05			
	Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98			





2022.12.20.
kedd

(00114)	Tráiment	V	Vanília puding*TM	837,03	200,25	0,72	2,00	0,30	44,70	36,91	0,54	
		Összesen:			11 368,08	2 719,62	119,60		18,48	349,65	114,23	16,41
(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	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08	
			Darált serteshús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,19	
			Almamártáspüré (friss)	866,69	207,34	3,31	3,18	1,51	40,55	18,64	0,04	
			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	
			Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81	
		Összesen:			7 045,80	1 685,60	65,96		11,04	268,22	122,36	5,71





2022.12.20. kedd (00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02		
		E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08		
			Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08		
			Almamártás (friss) TM.	754,67	180,54	2,77	0,78	0,01	39,89	17,98	0,02		
			Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87		
			Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05		
			Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98		
			Vanília puding*TM	837,03	200,25	0,72	2,00	0,30	44,70	36,91	0,54		
			Összesen:	12 028,66	2 877,66	126,48		19,44	366,07	115,73	17,67		





2022.12.20. kedd (00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
		Harcspástétom, zöldfűszeres	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	Körte befőtt	404,23	96,71	0,30	0,00	0,00	23,70	14,10	0,02	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	  
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36	
		Almamártáspüré (friss) TM.	751,79	179,85	2,76	0,76	0,00	39,75	17,98	0,02	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87	 
		Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05	 
		Kovászos uborka	47,66	11,40	0,97	0,09	0,00	1,64	0,00	2,98	
		Vanília puding*TM	837,03	200,25	0,72	2,00	0,30	44,70	36,91	0,54	
		Összesen:	11 740,63	2 808,75	122,30		18,64	365,88	115,73	15,95	





2022.12.20.

kedd

(00130)

Cukros 180 g CH szoc.otthon

R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Harcspástétom, zöldfűszeres	1 394,99	333,73	8,70	30,40	4,10	5,90	0,24	1,50		
	Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Korpovit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
E	Májgaluska leves	648,31	155,10	11,41	4,56	0,99	17,04	0,00	3,08		
	Grill csirkecomb	1 512,63	361,87	50,18	17,14	3,68	1,35	0,00	2,54		
	Almamartas diab. (friss gyum.	609,30	145,77	3,43	3,30	1,51	24,67	0,66	0,53		
	Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99		
U	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87		
	Galuska	1 691,79	404,73	14,96	9,89	1,38	63,48	0,00	0,77		
	Kovászos uborka	47,67	11,40	0,97	0,10	0,00	1,65	0,00	2,98		
	Vanília puding*diab.	461,99	110,52	5,10	2,31	1,26	17,24	9,29	0,56		
		Összesen:	9 584,83	2 293,03	134,72		22,05	206,54	10,37	16,72	





2022.12.20.

kedd

(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		
	Fonott kalacs	1 508,98	361,00	10,47	4,87	3,10	60,30	10,06	0,83		
	T	Mandarin	195,98	46,88	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
	E	Májgaluska leves	678,10	162,22	11,77	4,63	0,99	18,24	0,00	3,08	
		Grill csirkecomb	1 176,36	281,43	37,62	14,00	2,89	0,90	0,00	3,08	
		Almamartas (friss gy.)	1 057,63	253,02	3,49	2,48	0,91	53,22	29,67	0,63	
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Marhapörkölt	1 763,85	421,97	28,03	31,02	8,95	7,20	0,00	2,87	
		Galuska	2 348,30	561,79	20,21	13,01	1,71	90,29	0,00	1,05	
		Kovászos uborka	47,66	11,40	0,97	0,09	0,00	1,64	0,00	2,98	
		Csoki puding	920,17	220,14	7,17	3,52	1,95	39,73	28,92	0,81	
		Összesen:	11 272,57	2 696,77	130,12		22,16	356,98	113,65	16,59	





2022.12.21.

szerda

(00101)

Normál szoc.otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
	Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38	
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E Palócleves	1 253,90	299,98	17,34	14,40	3,65	24,48	0,79	2,14	
	Lekváros bukta	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	V Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
Graham kenyér	1 346,00	322,01	14,33	2,11	0,56	56,78	0,86	1,49		
Lilahagyma	49,63	11,87	0,36	0,03	0,00	2,49	0,00	0,01		
Összesen:		6 267,86	1 499,48	63,16		14,54	199,01	47,15	8,47	
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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 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	





2022.12.21. szerda		(00112) Pépes szoc. otthon											
(00113) Tej és tejtermékmentes szoc. ottho	E	Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51			
		Burgonyapure	1 818,87	435,14	12,07	5,20	2,24	83,21	0,03	4,06			
		Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Darált pulykafelv.	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00		
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
		Natur joghurt 140g	1 492,26	357,00	4,48	4,20	2,80	6,72	6,72	0,21			
	Összesen:	9 654,53	2 309,69	90,42		18,71	302,31	69,40	17,24				
	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06			
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
		Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38			
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E		Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42			
		Natur szelet	1 161,27	277,82	22,35	17,48	3,94	7,44	0,00	3,16			
		Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20			
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			





2022.12.21. szerda	(00113) Tej és tejtermék	V	Csirkemell sonka	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56		
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
			Összesen:	9 243,30	2 211,32	84,25		14,62	300,93	61,24	14,33		
	(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51		
			Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75		
			Őszibarack befőtt	550,55	131,71	0,75	0,00	0,00	31,80	21,00	0,01		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56		
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	7 972,98	1 907,40	82,43		14,46	276,72	67,09	17,28				





2022.12.21. 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			
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
		Ht darált keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	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		
		Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00			
		Tehéntúró félzsíros	298,87	71,50	8,10	3,50	2,35	1,85	1,85	0,07			
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
Összesen:		6 687,73	1 599,93	49,72		11,07	200,07	85,77	6,09				
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06				
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				





2022.12.21. 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	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
			Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20		
			Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20		
			Őszibarack befőtt	440,44	105,37	0,60	0,00	0,00	25,44	16,80	0,01		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:				9 606,81	2 298,28	87,38		18,65	324,05	66,18	13,89
	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	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	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02		
			Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51		
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
			Őszibarack befőtt	550,55	131,71	0,75	0,00	0,00	31,80	21,00	0,01		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.12.21. szerda	(00122) Epés	V	Darált pulykafelv.	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00			
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
			Összesen:	8 637,31	2 066,33	89,06		16,20	315,03	69,88	14,63			
	(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		
			Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06			
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77			
			Mustár	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38			
		T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00			
			Korpás zsemle	268,55	64,25	2,67	0,39	0,04	12,14	0,00	0,28			
		E	Olasz zöldségleves	488,77	116,93	3,28	5,35	0,59	13,60	0,00	2,99			
			Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20			
			Párolt rizs diab.	1 340,13	320,60	3,35	15,90	1,65	40,65	0,00	1,53			
			Csemege uborka konzerv	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20			
		U	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00			
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			





















2022.12.21.
szerda

(00130) Cukros 180 g Cukros 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	49,63	11,87	0,36	0,03	0,00	2,49	0,00	0,01		
		Összesen:	7 479,58	1 789,38	75,27		20,79	189,40	2,48	13,98		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Főtt krinolin	999,02	239,00	13,00	19,60	7,00	2,90	0,50	2,06	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Olasz zöldségleves	595,32	142,42	4,35	5,66	0,62	18,12	0,00	3,02	
			Svájci sertésborda	1 479,71	354,00	28,04	22,85	7,45	8,64	0,10	3,20	
			Parolt rizskoret 100. g.	2 136,31	511,08	8,80	14,72	1,70	85,25	0,00	1,20	
			Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			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			
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18			
	Összesen:	10 967,98	2 623,92	84,28		22,03	324,69	69,04	12,87			





2022.12.22. csütörtök		(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		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
		Vizes kifli	1 458,16	348,84	12,48	1,86	0,48	68,38	1,50	1,52		
	T	Kivi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Gombaleves	885,47	211,83	9,50	7,36	0,96	26,54	0,00	4,33	  	
		Tavaszi rizseshús	2 613,93	625,34	27,04	26,14	3,84	69,66	0,00	1,39	 	
		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		
		Turista felvágott	401,69	96,10	12,72	4,92	1,73	0,12	0,00	0,00	  	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	 	
Összesen:		7 706,66	1 843,69	75,23		7,69	285,99	62,35	9,32			
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
	Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 		
	Vizes kifli	1 458,16	348,84	12,48	1,86	0,48	68,38	1,50	1,52			
	T	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07	 	
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		





2022.12.22. csütörtök		(00112)		Pépes szoc. otthon		(00113)		Tej és tejtermékmentes szoc. ottho					
E	Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39				
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50			
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		Szendvicsskrém	745,46	178,34	6,68	16,05	6,54	1,79	0,95	1,17			
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
	Összesen:		8 057,68	1 927,67	76,39		10,44	318,88	105,57	11,09			
	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
			Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Mini margarin 10g	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		Kivi	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			
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19			
		Vegyes gyümölcs mártás T.M.	1 172,84	280,58	2,67	1,09	0,05	62,75	36,33	0,35			
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50			
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Túrista felvágott	401,69	96,10	12,72	4,92	1,73	0,12	0,00	0,00				





2022.12.22. csütörtök	00113	V	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
			Összesen:	7 626,00	1 824,39	76,22		5,39	305,51	99,03	10,65			
	00114	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00			
			Pástétom	298,50	71,41	3,00	5,82	0,00	1,47	0,00	0,00			
			Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02			
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07			
			Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36			
			Vegyes gyümölcsmártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39			
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50			
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
			Darált top löncs	839,66	200,88	8,22	18,48	6,87	0,18	0,00	2,52			
			Kenyér, félbarna	1 297,30	310,36	11,76	1,20	0,36	62,76	0,00	2,40			
				Összesen:	7 788,97	1 863,39	77,46		10,27	286,07	72,27	13,26		





2022.12.22. 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	Gyümölcslé 0,2l-es különféle	426,72	102,09	0,00	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
		E	Csirkebecsinált leves	1 461,74	349,70	20,74	24,01	6,62	12,58	0,00	3,30	
			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	
			Tört burgonya	1 371,81	328,18	8,75	0,70	0,09	70,00	0,00	2,00	
		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	
			Reszelt sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	
			Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
			Összesen:	10 506,66	2 513,55	90,54		26,60	299,41	92,26	8,04	
		(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		





2022.12.22.
csütörtök

Epés szoc.otthon (00121)	R	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Hámozott alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
		Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19		
		Vegyes gyümölcsmártás	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
		Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Kétfes túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	10 007,48	2 394,13	85,67			11,61	333,80	102,61	11,57		
Epés pépes szoc. otthon (00122)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T	Reszelt alma	247,20	59,14	0,68	0,68	0,00	11,90	0,00	0,02		
	E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
		Darált csirkehús	891,22	213,21	33,45	8,33	2,10	0,86	0,00	1,36		





2022.12.22.
csütörtök

2022.12.22. csütörtök	(00122) Epés pépes szoc. otthon	E	Vegyes gyümölcs mártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kefíres túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:	8 609,84	2 059,77	88,28		9,79	329,89	96,22	10,64			
	(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		
			Vizes kifli	729,08	174,42	6,24	0,93	0,24	34,19	0,75	0,76		
		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		
			Vizes kifli	364,54	87,21	3,12	0,47	0,12	17,10	0,38	0,38		
		E	Rizsleves	582,80	139,43	3,37	5,08	0,54	19,66	0,00	3,07		
			Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19		
		Vegyes gyümölcs mártás diab.	687,36	164,44	1,79	1,21	0,05	33,90	9,29	0,39			
		Feladagos burgonya 100 g	391,95	93,77	2,50	0,20	0,03	20,00	0,00	0,99			
U	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18				
V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00				





2022.12.22. csütörtök	(00130) Cukros 100% CUKOR	V	Turista felvágott	401,69	96,10	12,72	4,92	1,73	0,12	0,00	0,00	  	
			Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84		
			Összesen:	6 872,97	1 644,27	78,74		9,20	179,31	16,86	9,07		
	(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
			Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
			Vizes kifli	1 458,16	348,84	12,48	1,86	0,48	68,38	1,50	1,52		
		T	Kivi	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	 	
			Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19		
			Vegyes gyümölcsmártáspüré	989,45	236,71	1,79	1,21	0,05	51,88	27,27	0,39		
			Tört burgonya	783,89	187,53	5,00	0,40	0,05	40,00	0,00	1,50		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Kétfes túró	854,54	204,44	15,47	7,25	4,85	4,70	4,70	1,14		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	8 196,75	1 960,94	83,82		8,17	317,85	96,22	11,43		





2022.12.23.

péntek

(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		
	Minitutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Kertészleves	664,15	158,89	4,67	9,50	1,10	13,36	0,00	2,42
	Pincepörkölt		2 381,62	569,77	32,66	44,96	16,76	7,45	0,00	1,78	
	Sós burgonya		1 175,84	281,30	7,50	0,60	0,08	60,00	0,00	1,78	
	Csemege uborka konzerv		57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40	
	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	
		Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32	
		Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
		Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
	Összesen:		8 929,60	2 136,28	86,73		22,80	282,99	47,42	14,48	





2022.12.23.

péntek

(00112)

Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
	Minitutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Burgonyaleves zöldséges (d)	989,88	236,81	6,83	5,81	0,69	38,55	0,00	3,05
	Húspuding		1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
	Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)		766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
	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	
		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	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	
	Összesen:		8 845,23	2 116,08	81,32		16,63	279,88	58,70	14,49	





2022.12.23.

péntek

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. ottho

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Párizsi, sertés	589,38	141,00	6,00	12,66	4,32	1,32	0,30	1,21	
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
E	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38	
	Csemege sertés karaj	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	3,00	
	Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	
	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	
	Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32	
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39	
	Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00	
	Összesen:	7 745,15	1 852,91	83,76		11,56	275,86	49,22	15,13	





2022.12.23.

péntek

(00114)

Tejmentes pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00				
	Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00				
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54				
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
		E	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38	 	
			Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	 	
			Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
			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 pulykafelv.	277,20	66,32	10,20	1,68	0,55	2,52	0,00	0,00	 	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		Összesen:		7 896,57	1 889,14	80,20		7,69	312,11	69,40	12,87		





2022.12.23. 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	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38	
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	
		Finomfőzelékpüré	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29	
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		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:	7 020,21	1 679,48	56,15		10,57	199,95	72,89	9,32		
(00121) Epés szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18	





2022.12.23.
péntek

(00121)
Epés szoc.otthon

(00122)
Epés pépes szoc. otthon

R	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		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38	 	
	Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	 	
	Finomfőzelék tejmentes *mir.*	682,44	163,26	8,83	0,67	0,04	29,86	0,00	2,29	 	
	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		
	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:		9 778,07	2 339,25	81,09		15,51	324,66	73,74	13,29		
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Kefír, 140 g	1 492,26	357,00	4,20	4,48	2,94	6,44	6,44	0,18		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Minijam *, 25 g	329,29	78,78	0,12	0,00	0,00	19,35	16,29	0,01		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	T Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		





2022.12.23.
péntek

		(00122)										
Epés pépes szoc. otthon	E	Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38		
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12		
		Fin.foz.pure (Mir.vegy.foz.)	766,36	183,34	8,83	0,67	0,04	34,86	5,00	2,29		
		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		
		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:	9 861,99	2 359,33	81,09		15,51	329,66	78,74	13,29			
Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Diab.minijam * 20 g	118,94	28,45	0,38	0,04	0,00	6,29	0,00	0,03		
		Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77		
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Korpvit keksz	53,02	12,68	0,43	0,41	0,04	1,79	0,18	0,06		
	E	Kertészleves	464,92	111,22	3,27	6,65	0,77	9,35	0,00	1,69		
		Pincepörkölt	2 381,62	569,77	32,66	44,96	16,76	7,45	0,00	1,78		
		Sós burgonya	781,93	187,07	4,99	0,40	0,05	39,90	0,00	2,02		
		Csemege uborka konzerv	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		





2022.12.23.
péntek

		(00130)											
(00165)	Cukros 180 g CH szoc.otthon	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00		
			Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39		
		V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32	 	
			Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16		
			Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00		
	Összesen:		6 840,79	1 636,57	75,83		21,37	183,41	3,22	11,89			
	Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Mininutella	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
E		Burgonyaleves zöldséges	1 175,91	281,32	6,53	10,67	1,30	38,98	0,00	3,38	 		
		Húspuding	1 083,44	259,20	24,27	12,81	4,28	11,26	0,20	3,12	 		
		Finomfőzelék *mirelit sr.,zb.	1 130,20	270,38	10,22	8,70	1,21	37,05	5,00	2,35	 		
V		Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
	Pulykamellsonka	270,86	64,80	7,20	3,00	0,96	1,56	0,78	1,32	 			





2022.12.24. szombat	(00101) Normál szoc.otthon	V	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54			
			Retek jégcsap	23,60	5,65	0,44	0,04	0,01	1,05	0,00	0,00			
			Összesen:	7 988,06	1 911,02	80,85		11,71	282,64	53,98	13,64			
		R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00			
				Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40		
				Grissini	2 102,96	503,10	11,98	14,00	7,56	63,76	6,42	3,70		
			E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66		
					Túrós tészta	2 938,74	703,05	31,51	27,38	13,27	81,49	6,63	3,31	
					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		
Téli kom.szalámi	953,04				228,00	7,20	16,64	8,52	0,40	0,20	1,60			
Kenyér, félbarna	1 081,08				258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
		Összesen:	10 272,15	2 457,45	96,35		32,42	331,37	103,39	13,67				





2022.12.24. szombat (00112) Pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40	
		Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
		Túrófelfújt	3 200,90	765,76	69,49	34,46	21,31	43,91	34,81	0,64	
		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	
		Darált csirkemell rolád	615,30	147,20	14,80	0,64	0,16	0,64	0,32	2,08	
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
		Összesen:	10 487,91	2 509,06	143,71		29,90	330,27	141,03	8,96	





2022.12.24.

szombat

(00113)

Tej és tejtermékmentes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
	Barackíz	362,49	86,72	0,15	0,00	0,00	21,39	18,69	0,00		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Zabkeksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Daragaluska leves	626,00	149,76	6,68	3,63	0,39	22,50	0,08	3,75	
		Grill csirkecomb	1 204,28	288,10	37,84	14,07	2,89	2,20	0,00	2,40	
		Zöldbabfőzelék *mir.* TM.	559,69	133,90	6,53	0,69	0,00	24,94	3,00	2,47	
		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	
		Téli kom.szalámi	953,04	228,00	7,20	16,64	8,52	0,40	0,20	1,60	
		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:		7 426,61	1 776,69	83,69		13,46	249,65	66,97	15,22		





2022.12.24.
szombat

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Barackíz	483,32	115,63	0,20	0,00	0,00	28,52	24,92	0,00		
		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	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66		
		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		
		Darált csirkemell rolád	461,47	110,40	11,10	0,48	0,12	0,48	0,24	1,56		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	Összesen:	7 960,09	1 904,33	78,26		7,04	301,31	90,32	8,79			
(00115) Folyékony pépes szoc.otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Tej 2 dl.	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
		Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,05	1,95	40,95	12,35	0,25		
		Miniméz 25g.	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66		





2022.12.24. szombat		(00115) Folyékony pépes szoc.otthon		(00121) Epés szoc.otthon							
		Leírás	Ár	Összesen	Összesen	Összesen	Összesen	Összesen	Összesen	Összesen	Összesen
E	Túrófelfújt	3 200,90	765,76	69,49	34,46	21,31	43,91	34,81	0,64		
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		
	Tejpép	1 103,10	263,90	10,40	6,04	1,95	40,95	12,35	0,24		
	Bébiétel húsos 200 g.	932,00	222,97	2,00	8,00	0,00	34,00	0,00	0,00		
	Összesen:	9 256,55	2 214,48	131,63		28,80	269,77	120,89	4,33		
R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Derby tömlős natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66		
	Túrós tészta	2 938,74	703,05	31,51	27,38	13,27	81,49	6,63	3,31		
	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		
	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:	8 881,12	2 124,67	98,27		19,14	315,09	77,53	11,06		





2022.12.24. szombat	(00122) Epés pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
			Derby tömlös natur	405,46	97,00	5,00	7,00	4,50	3,50	2,50	0,45	
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
			Túrófelfújt	3 200,90	765,76	69,49	34,46	21,31	43,91	34,81	0,64	
			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	
			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:	9 143,28	2 187,38	136,25		27,18	277,51	105,71	8,39		
	(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	
			Sajt klf. Trappista	1 243,54	297,50	22,16	22,48	14,29	1,28	0,00	1,94	
			Csészés margarin	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Zsemle, vizes	726,82	173,88	6,25	0,81	0,23	34,27	0,75	0,77	





2022.12.24.
szombat

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,01	12,30	0,00	0,33	
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
		Túrós tészta diab.	1 683,57	402,77	21,00	16,99	8,04	40,87	4,43	1,74	
	U	Mini margarin 10g	94,47	22,60	0,00	2,50	0,45	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,13	0,41	0,12	17,14	0,38	0,39	
	V	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Téli kom.szalámi	953,04	228,00	7,20	16,64	8,52	0,40	0,20	1,60	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 663,91	1 833,49	95,05		33,74	185,17	7,07	10,71	
(00165) Sószegegy szoc. otthon	R	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
		Karamellás tej	1 028,16	245,97	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40	
		Zebra rúd	2 394,30	572,80	13,76	13,82	5,36	100,00	15,76	1,18	
	T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	E	Halászlé	1 054,64	252,31	25,27	4,43	0,33	27,50	0,18	2,66	
		Túrós tészta	2 938,74	703,05	31,51	27,38	13,27	81,49	6,63	3,31	
		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	





2022.12.24. szombat		(00165) Sószegény otthon											
V	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:	10 572,39	2 529,28	99,63		26,18	384,77	114,33	10,30				
2022.12.25. vasárnap		(00101) Normál szoc.otthon											
R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
	Tojásrántotta	740,39	177,12	7,88	15,93	2,83	0,35	0,00	3,04				
	Korpás kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39				
T	Szaloncukor kilós	1 583,00	378,71	0,10	0,10	0,00	91,60	0,00	0,00				
E	Orjaleves	543,26	129,97	4,46	6,80	0,64	12,74	0,00	2,25				
	Töltött káposzta	2 103,31	503,18	30,20	22,37	8,80	43,91	0,66	6,24				
	Búzakenyér	675,07	161,50	5,75	0,73	0,19	32,10	0,68	0,97				
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00				
	Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32				
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00				
	Összesen:	9 388,32	2 246,00	78,15		17,61	341,58	48,28	17,21				





2022.12.25.
vásárnap

(00112)
Pépes szoc. otthon

R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00	
	Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
T	Szaloncukor kilós	1 583,00	378,71	0,10	0,10	0,00	91,60	0,00	0,00	
E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
	Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71	
	Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58	
	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 zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
	Összesen:	10 128,55	2 423,08	100,01		18,18	356,98	60,58	15,14	





2022.12.25.
vasárnap

(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	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96	
	Roston csirkemell	909,75	217,64	29,69	10,49	1,36	0,88	0,00	2,19	
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00	
	Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01	
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00	
	Fokhagymás felvágott	993,17	237,60	6,30	23,34	8,82	0,60	0,30	0,76	
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00	
	Összesen:	8 493,58	2 031,93	85,95		15,77	268,48	59,30	15,22	





2022.12.25.
vasárnap

(00114) Tejmentes pépes szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00		
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30		
		Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00		
	T	Szaloncukor kilós	1 583,00	378,71	0,10	0,10	0,00	91,60	0,00	0,00		
	E	Erőleves	428,59	102,53	5,47	2,68	0,10	14,09	0,00	1,96		
		Húspuding	1 089,08	260,54	25,35	11,69	4,12	12,99	0,24	3,51		
		Tej mentes burg.pure	1 335,20	319,43	7,51	4,80	1,22	60,02	0,00	2,75		
		Őszibarack befőtt	367,03	87,81	0,50	0,00	0,00	21,20	14,00	0,01		
	V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
	Kenyér, félbarna	1 081,08	258,63	9,80	1,00	0,30	52,30	0,00	2,00			
	Összesen:	9 345,26	2 235,69	80,35		14,64	351,45	59,54	16,85			
(00115) Folyékony 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		
		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		





2022.12.25.
vasárnap

Folyékony pépes szoc.otthon (00115)	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					
	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					
		Gyümölcs joghurt	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08					
	Összesen:		7 362,92	1 761,46	79,46		10,72	271,57	91,68	6,57					
	Epés szoc.otthon (00121)	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00				
			Sonka szalámi	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68				
Minimargarin 20g			188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00					
Zsemle, vizes		1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54						
T		Szaloncukor kilós	1 583,00	378,70	0,10	0,10	0,00	91,60	0,00	0,00					
E		Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41					
		Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71					
		Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00					
		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					





2022.12.25. vasárnap		(00121) Epés szoc. otthon											
		V	Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	10 770,30	2 576,61	94,56		13,87	414,49	63,84	14,20		
		(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 sonka felv.	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
		T	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
		E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
			Darált sajtos csirkemell	1 369,10	327,54	36,28	14,78	5,04	5,13	0,65	1,71		
			Burgonyapure dietas 300 g.	1 438,68	344,18	9,64	5,01	2,21	63,81	0,03	2,58		
			Almakompot (h) diab	146,50	35,05	0,40	0,40	0,00	7,01	0,00	0,01		
		V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
			Darált zalai felv.	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
			Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
			Összesen:	8 280,75	1 981,04	93,15		14,24	289,17	49,28	13,79		





2022.12.25.
vasárnap

(00130) Cukros 180 g CH szoc.otthon	R	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tojásrántotta	1 055,59	252,52	13,63	21,32	4,16	1,23	0,00	3,30	
		Korpás zsemle	805,64	192,74	8,01	1,16	0,11	36,42	0,00	0,84	
	T	Keserű tea	2,57	0,62	0,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Diab. almabefőtt	233,30	55,81	0,36	0,35	0,00	12,29	0,00	0,32	
	E	Erőleves diab.	154,75	37,02	2,11	0,38	0,01	6,06	0,00	1,89	
		Töltött káposzta	2 103,31	503,18	30,20	22,37	8,80	43,91	0,66	6,24	
		Zsemle, vizes	363,41	86,94	3,12	0,40	0,11	17,13	0,37	0,38	
	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	
		Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32	
		Zsemle, vizes	1 090,23	260,82	9,38	1,22	0,35	51,41	1,13	1,16	
		Összesen:	7 852,94	1 878,69	79,11		20,92	175,55	8,90	15,63	
	(00165) Sószegény szoc. otthon	R	Citromos tea	518,58	124,06	0,26	0,06	0,00	30,04	30,00	0,00
		Sonka szalámi	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68	
		Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00	
		Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	





2022.12.25.
vasárnap

(00165)

Sószegény szoc. otthon

T	Szaloncukor kilós	1 583,00	378,70	0,10	0,10	0,00	91,60	0,00	0,00		
E	Zöldségleves	876,38	209,66	6,92	7,65	0,97	27,84	0,00	3,41		
	Sajtos csirkemell	1 511,37	361,57	36,96	16,69	5,25	8,65	0,64	1,71		
	Burgonya petrezselymes 400 gr	1 799,42	430,48	10,37	6,40	0,73	80,82	0,00	3,00		
	Almabefőtt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00		
V	Citromos tea	259,29	62,03	0,13	0,03	0,00	15,02	15,00	0,00		
	Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32		
	Zsemle, vizes	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:	10 770,30	2 576,61	94,56		13,87	414,49	63,84	14,20		

.....
élelmezésvezet

.....
intézményvezet

.....
érdekképviselői fórum

