



Tételes étlap 2022.03.14. - 2022.03.20.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.03.16. szerda (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R Karamellás tej F*	1 028,16	100,38	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40			
	Vajkrém ízesített 200g	72,23	17,28	0,40	1,60	1,04	0,32	0,20	0,07			
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80			
	Jégcsap retek	24,36	5,82	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,05			
	T Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08			
	E Zellerkrémleves mir. K	592,60	132,06	3,21	8,08	1,40	13,48	0,50	1,27			
	Bolognai Spagetti K*	3 202,34	733,25	34,83	36,51	11,92	73,64	0,00	3,11			
	Levesgyöngy	2 300,42	550,34	8,36	38,14	4,64	42,75	0,00	1,05			
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01			
	V Rakott burg fkolbásszal K*	3 893,01	931,34	29,48	52,84	22,74	67,50	2,38	3,50			
	Csemege uborka	57,54	13,76	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40			
	Összesen:		13 179,65	2 964,85	102,99	144,77	45,50	335,53	48,07	13,74		





2022.03.17.  
csütörtök

(00541)  
Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Gyümölcsle 100%-os	427,85	102,36	1,30	0,36	0,00	21,80	0,00	0,01	
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24	
	Csirkemell sonka	140,45	33,60	7,40	0,32	0,08	0,32	0,16	1,04	
	Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
T	Kalács kakaós	875,29	209,40	7,00	3,17	2,03	32,70	2,12	0,51	
E	Daragaluska leves K*	772,85	184,89	4,95	7,01	0,91	25,18	0,01	1,38	
	Tojás krokett	1 209,42	279,63	6,25	21,63	2,99	16,79	0,23	3,40	
	Zöldborsófőzelék K**	1 444,89	306,84	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93	
	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83	
V	Sertésmájkrém 65 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
	Kifli, vizes	0,00	0,00	0,00	0,00	- 3,00	0,00	0,00	0,00	
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
	Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00	
	Összesen:	9 031,57	2 112,13	75,99	69,01	12,73	293,05	8,00	11,11	





2022.03.17. csütörtök		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)										
E	Daragaluska leves K*	772,85	184,89	4,95	7,01	0,91	25,18	0,01	1,38			
	Töltött csirkecomb K*	2 520,78	603,05	58,36	32,72	6,09	17,66	0,33	2,48			
	Tört burgonya K*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	0,03			
	Összesen:	4 273,50	1 022,36	69,56	40,23	7,06	92,84	0,34	3,89			
2022.03.18. péntek		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A" (00541)										
R	Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15			
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24			
	Szel.Trap.sajt	621,76	148,74	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97			
	Rozsos kenyér	1 635,21	391,20	13,90	3,62	1,71	70,50	1,39	1,93			
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,39	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
T	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00			
E	Palócleves mir K*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	0,99	1,87			
	Vaníliás tejföl	773,49	185,05	3,59	15,96	9,98	6,09	6,09	0,13			





2022.03.18.  
péntek

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Derelye klf mir.	3 098,38	741,24	19,66	20,83	2,11	115,77	19,98	5,50		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	V	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
		Összesen:	9 512,14	2 275,63	70,56	86,46	29,73	287,64	42,83	12,09		
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Palócleves mir K*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	0,99	1,87	
			Rántott sajt	3 000,78	717,89	33,15	38,51	16,22	58,83	0,00	2,76	
			Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80	
			Tartármártás K*	2 094,99	501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34	
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
		Összesen:	8 277,23	1 980,20	56,36	116,79	31,45	172,39	4,16	5,79		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietaikus

.....  
Gazdaságvezető

