



Tételes étlap 2024.03.25. - 2024.03.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 03. 25. hétfő (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
	Tej 3dl	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Sertésmájkrém 65 g	640,00	153,11	8,84	9,60	3,30	3,89	0,00	1,22		
	Graham kenyér	1 325,06	317,00	14,33	2,11	0,56	53,78	0,86	1,49		
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	T Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46		
	E Lencseleves húsos K*	1 474,83	352,83	21,60	11,47	1,81	40,27	0,00	1,42		
	Tejbedara K*	1 363,19	326,12	12,34	4,50	2,28	58,84	21,98	0,38		
	Kakaós porcukor K*	484,95	116,02	0,93	1,09	0,64	25,50	24,98	0,00		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	U Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	V Patikus szelet K*	2 436,62	582,92	28,34	45,78	11,86	13,53	1,65	1,52		
	Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
	Paradicsomsaláta K	136,59	32,68	1,30	0,25	0,05	6,26	0,90	0,32		
		Összesen:	11 895,59	2 838,00	114,89	93,19	29,61	354,47	66,64	10,37	















2024. 03. 25. hétfő		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)									
E	Lencseleves húsos K*	1 474,83	352,83	21,60	11,47	1,81	40,27	0,00	1,42		
	Fahéjas csavart rúd K*	3 207,97	767,46	20,99	24,59	10,89	115,78	23,99	0,42		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	Összesen:	5 029,02	1 203,12	43,79	36,46	12,70	173,05	23,99	1,85		
2024. 03. 26. kedd		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		
	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Soproni felvágott	699,72	167,40	6,85	15,40	5,73	0,15	0,00	0,00		
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80		
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
T	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
E	Májgaluska leves K*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56		
	Zöldséges combragu K*	1 070,58	80,05	29,14	10,54	3,55	10,80	1,20	2,92		





2024. 03. 26. kedd												
2024. 03. 26. kedd	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Petrezselymes rizsköret K*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00	
		U	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59	
		V	Margarin, csészés 32% zsírt.	532,95	127,50	0,00	12,50	3,50	0,00	0,00	0,30	
			Téliszalámi	972,48	232,65	10,35	21,15	8,55	0,23	0,23	2,03	
		Zsemle kukoricás	2 452,83	586,80	20,34	4,20	0,90	113,79	3,09	2,79		
		Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	12 763,91	2 877,49	118,77	98,30	31,35	410,80	25,91	13,67		
2024. 03. 27. szerda	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R	Kakaó isk	909,73	217,64	10,94	5,37	2,95	31,31	14,99	0,40	 
			Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18	
			Paprikás szalámi	595,65	142,50	4,50	10,40	5,33	0,25	0,13	1,00	
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	970,41	232,16	9,26	1,22	0,07	46,89	0,00	0,97	
			Karalábé	64,16	15,35	0,84	0,08	0,01	2,76	0,00	0,05	
		T	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01	
		E	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
			Hentes tokány (s.lapocka) K*	1 638,10	387,51	19,38	32,25	10,41	5,58	0,04	1,73	 
			Tészta köret orsó K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	1,21	 
			Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	





2024. 03. 27. szerda	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	U Körte	443,03	105,99	0,80	0,60	0,00	24,00	0,00	0,01	
		Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	
		V Félbarna kenyér	1 354,32	324,00	11,54	1,54	0,35	64,40	1,19	1,94	
		Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
		Összesen:	9 743,57	2 326,63	80,30	78,04	26,69	314,32	16,85	8,63	
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
		Paprikás csirke K*	1 304,42	312,06	30,97	17,24	4,18	7,80	0,66	1,54	
		Tészta köret orsó K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	1,21	
		Összesen:	3 476,65	831,73	46,51	24,35	5,22	106,10	0,66	2,75	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

