



Tételes étlap 2024.04.01. - 2024.04.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 04. 03. szerda (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	<b>R</b> 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			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Olasz felvágott	443,75	106,16	3,20	5,88	4,00	0,25	0,13	0,40	  		
	Graham kenyér	1 325,06	317,00	14,33	2,11	0,56	53,78	0,86	1,49	  		
	<b>T</b> Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01			
	<b>E</b> Tavaszi leves K*	519,34	124,24	2,90	7,77	0,87	10,07	0,02	1,73			
	Chilis bab K*	2 752,70	631,16	28,24	36,63	10,07	53,18	0,00	5,68			
	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16			
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02			
	<b>U</b> Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01			
	<b>V</b> Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00			
	Minidzsem 25g-os, különféle	274,41	65,65	0,10	0,00	0,00	16,13	13,58	0,01			
	Szezámagos madárka	2 701,11	646,20	18,51	9,54	5,04	108,48	18,81	1,77			
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01			
	Összesen:		11 444,26	2 710,48	88,77	84,35	26,40	368,47	43,78	12,96		





2024. 04. 04.  
csütörtök

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

R	Tejeskávés isk	956,13	228,74	10,28	4,50	2,45	36,68	19,98	0,41	
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Főtt tojás isk*	138,10	33,04	2,70	2,40	0,62	0,12	0,00	0,07	
	Zsemle magvas	2 387,62	571,20	23,44	14,88	3,42	82,96	2,24	4,24	
	Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06	
	T Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18	
	E Karfiollevés K*(piros)	424,52	101,56	3,28	5,15	0,55	10,29	0,00	0,61	
	Sertés pörkölt K*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37	
	Tökfőzelék K*	993,48	237,68	5,53	11,43	3,10	27,49	1,99	1,08	
	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16	
	U Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
	V Sertés májkrém 65 g	640,00	153,11	8,84	9,60	3,30	3,89	0,00	1,22	





2024. 04. 04. csütörtök		(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium										
V	Kifli, vajos	1 887,03	451,44	14,61	4,68	2,37	80,73	4,20	1,41			
	Kaliforniai paprika	64,50	15,43	0,50	0,15	0,01	3,02	0,00	0,01			
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	10 792,40	2 581,92	99,08	93,33	28,89	317,25	42,12	11,96			
2024. 04. 05. péntek	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
			Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Téliszalámi	540,27	129,25	5,75	11,75	4,75	0,13	0,13	1,13	
			Kukoricás kenyér	1 358,50	325,00	11,35	1,42	0,38	64,93	1,67	1,75	
			Karalábé	64,16	15,35	0,84	0,08	0,01	2,76	0,00	0,05	
		T	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
		E	Orjaleves tésztabetéttel K*	452,85	108,34	4,46	3,82	0,50	14,00	0,00	0,68	
			Mediterrán pulykatokányK*	1 322,82	305,51	26,26	19,53	5,29	8,42	0,33	4,38	
			Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,51	
			Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89	
		U	Múzliszelet 20g	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00	
		V	Félbarna kenyér	1 354,32	324,00	11,54	1,54	0,35	64,40	1,19	1,94	





2024.	04. 05.	(00541	)	V	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
Összesen:						8 726,91	2 076,84	82,40	65,63	17,66	283,75	17,01	12,12	

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

