








Tételes étlap 2022.04.11. - 2022.04.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.04.11. hétfő (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		
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
	Szel.Trap.sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	 	
	Zsemle graham	2 415,20	577,80	20,74	4,78	1,56	102,78	1,22	2,26		
	Uborka(kígyó)	29,48	7,05	0,60	0,06	0,00	1,02	0,00	0,02		
	<b>T</b> Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	<b>E</b> Jókai bableves K*	2 638,79	631,29	24,44	34,92	13,26	43,08	0,32	2,96	 	
	Szilvás gombóc mir K*	1 204,52	288,16	3,07	9,56	1,06	47,12	24,98	1,37		
	Vaniliasodó aranyg. K*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35	    	
	<b>V</b> Kínai szezámós csirke F*	2 501,90	598,54	31,33	32,09	3,74	45,39	13,55	2,84	   	
	Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
		Összesen:	13 344,70	3 095,45	113,84	121,37	35,91	382,60	66,74	12,46	





2022.04.11. hétfő (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Jókai bableves K*	2 638,79	631,29	24,44	34,92	13,26	43,08	0,32	2,96	 	
		Pirog K*	2 541,11	607,92	26,91	22,44	6,26	73,84	0,02	1,95	  	
		Összesen:	5 179,90	1 239,21	51,35	57,36	19,52	116,92	0,34	4,91		





2022.04.12.

kedd

(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			
	Vajkrém ízesített	361,15	86,40	2,00	8,00	5,20	1,60	1,00	0,36			
	Paprikás szalámi	1 429,56	342,00	10,80	24,96	12,78	0,60	0,30	2,40	 		
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80			
	Kaliforniai paprika	77,40	18,52	0,59	0,18	0,02	3,62	0,00	0,01			
	T	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	E	Sajtgombóc leves K*	841,69	201,36	7,86	10,05	2,43	19,38	0,00	2,70	   	
		Fokhagymás, csirkemáj K*	818,12	195,72	24,12	9,09	2,27	4,12	0,00	1,68		
		Parajfőzelék K*	1 007,80	192,57	10,74	11,59	1,87	23,18	0,00	1,44	 	
		Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	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	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	9 102,10	2 129,00	92,57	90,15	34,49	222,61	44,43	13,31		





2022.04.12. kedd														
2022.04.13. szerda	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A" (00541)	R	Kakaó	996,54	92,81	10,94	5,37	2,95	36,30	19,98	0,40			
			Körözött túró	541,13	129,46	8,56	9,05	4,55	3,27	2,14	1,11			
			Zsemle magvas	2 387,62	571,20	23,44	14,88	3,42	82,96	2,24	4,24			
			Póréhagyma	92,48	22,13	1,32	0,18	0,00	3,78	0,00	0,01			
		T	Kuglóf, kakaós	756,58	181,00	4,99	2,36	1,52	31,18	8,18	0,39			
		E	Zellerkrémleves mir. K	592,60	132,06	3,21	8,08	1,40	13,48	0,50	1,27			
2022.04.12. kedd		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)	E	Sajtgombóc leves K*	841,69	201,36	7,86	10,05	2,43	19,38	0,00	2,70		
	Sült sertés oldalas		1 987,22	475,41	26,34	40,50	13,30	0,83	0,00	1,43				
	Paradicsomos káposzta K*		1 031,55	213,93	6,66	7,35	0,81	37,67	9,99	1,49				
	Rozsos kenyér		817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97				
	Alma		218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02				
	Összesen:		4 896,19	1 138,48	48,41	60,31	17,40	103,63	10,69	6,61				





2022.04.13. szerda												
2022.04.14. csütörtök												
2022.04.13. szerda (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Bakonyi tokány K*	1 609,08	384,95	26,17	25,79	7,16	11,48	0,66	0,43		
		Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Tészta köret penne K*	8,77	2,10	0,00	0,23	0,03	0,00	0,00	0,39		
	V	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
		Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Összesen:		8 068,11	1 774,88	86,15	71,96	22,64	223,69	34,41	11,92		
2022.04.14. csütörtök (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R	Tej 3dl	608,58	0,00	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
		Sajtos tavaszi szelet	521,66	124,80	6,00	10,20	4,08	2,46	0,60	1,14		
		Korpás Kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
		Kaliforniai paprika	77,40	18,52	0,59	0,18	0,02	3,62	0,00	0,01		
	E	Tarhonyaleves K*	534,74	127,93	4,82	0,99	0,12	24,42	0,00	1,28		
		Sárgarépás cukki Pulykaragu K*	2 517,42	596,78	22,02	53,09	8,08	8,24	0,00	5,29		
		Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
Összesen:		8 103,63	1 787,61	65,88	90,54	19,16	208,19	2,59	10,83			





.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

