






Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 08. 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		
	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		
	Turista felvágott	167,37	40,04	5,30	2,05	0,72	0,05	0,00	0,00	  	
	Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	970,41	232,16	9,26	1,22	0,07	46,89	0,00	0,97		
	<b>T</b> Túró desszert 23g	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	<b>E</b> Palócleves mir K*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	0,99	1,87	 	
	Mákos nudli mir K*	3 243,39	775,93	18,88	28,36	4,62	107,71	14,99	4,92		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	<b>U</b> Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00		
	<b>V</b> Rakott karfiol mir. K* bulgur	2 618,11	626,34	28,78	39,68	13,42	39,33	1,98	3,27	 	
		Összesen:	10 129,69	2 423,37	91,49	102,63	27,04	276,77	27,63	11,72	





2024. 04. 08. hétfő (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	 	
		Tejfölös-túrós kalács K*	2 242,59	536,51	19,64	16,58	4,61	76,58	3,41	3,07	  	
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	3 611,70	864,05	32,59	32,50	8,97	108,28	4,40	4,96		





2024. 04. 09.

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		
	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	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		
	Korpás Kenyér	1 337,60	320,00	11,77	1,62	0,41	62,86	1,64	1,39		
	Kápia paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
T	Kefir 150 g 3% zsirt	1 598,85	382,50	4,50	4,80	3,15	6,90	6,90	0,20		
E	Lebbencsleves K*	666,25	159,39	3,86	5,45	0,75	23,22	0,11	0,97		
	Zsályás csirkemell csíkok K*	645,68	154,47	24,77	5,65	0,78	0,96	0,00	0,68		
	Finomfőzelék K*	1 142,53	273,33	12,35	7,77	1,49	37,82	1,50	1,48		
	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
U	Banán	658,16	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
V	Fűszeres sült tarja K*	2 588,28	619,21	15,86	57,93	18,81	7,86	0,00	1,11		
	Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		





2024. 04. 09. kedd												
2024. 04. 10. 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	
			Kuglóf, kakaós	945,73	226,25	6,24	2,95	1,90	38,98	10,23	0,48	
			Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	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	
		T	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	V		Uborka saláta (friss) *K	244,38	58,46	1,40	0,15	0,00	12,80	9,99	0,63	
			Összesen:	12 503,50	2 991,26	107,29	107,77	36,47	310,05	31,15	12,41	
		E	Lebbencsleves K*	666,25	159,39	3,86	5,45	0,75	23,22	0,11	0,97	
			Rántott csirkemáj K*	2 719,17	650,52	27,11	42,50	5,99	39,13	0,00	0,79	
			Francia saláta K*	2 411,52	576,92	8,89	45,19	9,32	32,04	1,98	1,47	
	Összesen:	5 796,94	1 386,83	39,86	93,14	16,06	94,39	2,09	3,23			
(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E		Csirkebecsinált leves K*	960,54	229,79	13,82	10,73	1,51	18,85	0,05	0,72	
			Mexikói tézstaegyál K*	1 351,51	323,33	17,50	19,79	7,71	18,48	0,10	3,03	
			Összesen:	12 503,50	2 991,26	107,29	107,77	36,47	310,05	31,15	12,41	
			Összesen:	5 796,94	1 386,83	39,86	93,14	16,06	94,39	2,09	3,23	
			Összesen:	12 503,50	2 991,26	107,29	107,77	36,47	310,05	31,15	12,41	





2024. 04. 10.  
szerda

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Tészta köret penne K*	8,77	2,10	0,00	0,23	0,03	0,00	0,00	0,39	
	U	Ananász	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	V	Tejeskávé	750,54	179,56	6,86	3,00	1,63	31,18	19,98	0,27	
		Aszalt gyüm. túrós batyu K*	3 865,71	907,91	34,84	28,32	13,61	132,39	31,26	0,70	
		Összesen:	9 588,15	2 276,92	90,90	75,84	30,24	305,32	90,19	6,01	
(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Csirkebecsinált leves K*	960,54	229,79	13,82	10,73	1,51	18,85	0,05	0,72	
		Rakott Zöldbab tojással K*	2 717,19	650,04	27,99	39,26	13,10	44,78	1,98	2,06	
		Összesen:	3 677,73	879,83	41,81	49,99	14,61	63,63	2,03	2,78	





2024. 04. 11.

csütörtök











(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 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			
	Sajtos tavaszi szelet	434,72	104,00	5,00	8,50	3,40	2,05	0,50	0,95			
	Zsemle magvas	2 387,62	571,20	23,44	14,88	3,42	82,96	2,24	4,24			
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
	T	Múzliszelet 20g	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	E	Paradicsom leves K*	1 036,70	204,21	5,12	10,18	1,15	33,63	9,99	1,16		
		Gyros fűsz. csirkecomb. K*	1 003,32	93,69	23,53	15,19	2,56	2,01	0,00	1,24		
		Burgonyapüré K*	1 569,76	375,54	9,72	10,16	4,68	60,29	0,00	0,95		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
	U	Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00		
	V	Kockasajt natúr, félzsír. 25g	576,84	138,00	4,50	10,50	6,60	6,60	3,90	0,30		
		Sós kalács 44 gr	1 820,82	435,60	14,28	4,32	1,41	80,67	6,03	4,68		
		Paradicsom	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01		





2024. 04. 11	00541	V	Madár tej dobozos 0,2l	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23	 
Összesen:				11 335,43	2 513,84	108,20	87,85	27,63	360,61	56,52	15,66	
2024. 04. 12. péntek (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	
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
			Szel. gouda sajt (kg)	448,06	107,19	7,48	8,23	4,61	0,67	0,00	0,61	 
			Graham kenyér	1 325,06	317,00	14,33	2,11	0,56	53,78	0,86	1,49	  
			Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
		T	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
		E	Tarhonyaleves K*	534,74	127,93	4,82	0,99	0,12	24,42	0,00	1,28	 
			Sárgar. zöldsége Pulykarag K*	1 193,28	281,09	21,70	19,00	4,20	6,49	0,00	1,49	
			Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,51	
			Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01	
		U	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
		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:				8 272,73	1 974,74	71,87	53,25	13,78	287,85	11,74





2024. 04. 12. péntek (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Tarhonyaleves K*	534,74	127,93	4,82	0,99	0,12	24,42	0,00	1,28		
		Spenótos-sajtos csirkemell K*	1 869,45	447,24	42,78	17,89	5,06	28,31	0,60	1,60		
		Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,51		
		Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 562,76	1 091,58	56,93	28,92	6,31	147,85	0,62	3,40		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

