







Tételes étlap 2022.05.02. - 2022.05.08.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.05.02. 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		
	Margarin Light	639,54	153,00	0,00	15,00	4,20	0,00	0,00	0,36		
	Sonkaszalámi	218,20	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68		
	Tönköly kenyér	1 600,10	382,80	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
	Uborka(kígyó)	29,48	7,05	0,60	0,06	0,00	1,02	0,00	0,02		
	T Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	E Frankfurti leves K*	1 896,26	453,65	16,80	24,74	6,85	40,78	1,02	2,52		
	Tejbeköles, Kakaós porcukor K*	1 940,77	318,71	16,28	7,28	3,29	82,87	22,98	0,90		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	V Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36		
	Panírozott Sertéskaraj	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Jégsaláta	9,04	2,16	0,16	0,00	0,00	2,69	0,00	0,00		
	Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	2,80	0,43		
		Összesen:	9 211,57	2 058,12	74,83	55,82	16,85	334,34	39,00	17,71	





2022.05.02. hétfő		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)									
E	Frankfurti leves K*	1 896,26	453,65	16,80	24,74	6,85	40,78	1,02	2,52		
	Szalagos Fánk K*	3 597,35	836,34	20,39	27,15	5,47	132,59	41,69	1,28		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	5 711,73	1 342,17	37,79	52,49	12,32	183,87	42,71	3,82		
2022.05.03. kedd		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		
	Margarin Light	639,54	153,00	0,00	15,00	4,20	0,00	0,00	0,36		
	Főtt tojás K*	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,00	0,28		
	Zsemle magvas	2 387,62	571,20	23,44	14,88	3,42	82,96	2,24	4,24		
	Paradicsom	54,94	13,14	0,60	0,12	0,02	2,40	0,00	0,01		
T	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46		
E	Citromos hús galuska leves K*	1 335,99	319,61	14,34	17,84	4,80	24,74	0,17	3,78		
	Bundázott halfilé K*	866,56	207,31	26,09	3,02	1,08	18,81	0,00	1,17		
	Zöldborsófőzelék K**	1 444,89	306,84	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93		





2022.05.03.
kedd

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97	
	V	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Kalács kakaós	1 750,58	418,80	13,99	6,33	4,05	65,40	4,24	1,02	
		Minimargarin 10g	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	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,01	
		Összesen:	12 892,47	2 899,88	133,35	97,41	32,43	378,06	50,51	13,64	
(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Citromos hús galuska leves K*	1 335,99	319,61	14,34	17,84	4,80	24,74	0,17	3,78	
		Húsos Káposzta K*	2 200,04	526,33	24,31	33,71	10,16	30,77	0,00	3,33	
		Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97	
		Összesen:	4 353,64	1 041,54	45,60	53,36	15,82	90,76	0,87	8,08	





2022.05.04.

szerda

(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		
	Túrókrém zöldfűszeres I*	203,85	48,77	3,65	3,20	2,07	1,25	1,24	0,34		
	Kifli, teljes kiörlésű	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
	Kápia paprika	49,14	11,76	0,72	0,18	0,00	1,80	0,00	0,00		
T	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
E	Karfiolleves K*	459,60	109,95	3,28	6,08	0,66	10,29	0,00	1,20		
	Tészta kör. szarvacska K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
	Temesvári sertés ragu	1 523,23	364,41	25,33	23,38	7,73	12,51	0,87	3,19		
V	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Margarin Light	639,54	153,00	0,00	15,00	4,20	0,00	0,00	0,36		
	Téliszalámi	1 944,95	465,30	20,70	42,30	17,10	0,45	0,45	4,05		
	Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31		
	Szel. Gouda sajt 125g	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,03	0,00	0,00	0,00		
	Paradicsom	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,01		
		Összesen:	11 699,56	2 401,28	114,05	115,79	38,61	315,50	4,81	14,01	





2022.05.05.
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			
	Sajtkrém	358,64	85,80	2,28	7,20	4,68	3,00	3,00	0,90			
	Zsemle graham	2 415,20	577,80	20,74	4,78	1,56	102,78	1,22	2,26			
	Újhagyma	3,24	0,78	0,04	0,00	0,00	0,18	0,00	0,00			
	T	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	E	Gyümölcsleves K*	526,84	126,04	0,82	0,35	0,00	29,25	13,39	0,31		
		Bácskai rizseshús K*	3 142,51	751,80	25,74	38,32	10,17	75,09	0,01	1,98		
		Káposztasaláta K*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
	V	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Szárnyasmájkrém 65g	2 266,94	542,34	11,88	52,80	0,00	0,40	0,00	3,56		
		TV paprika	122,85	0,00	1,80	0,45	0,00	4,50	0,00	0,01		
		Olivás stangli	3 116,19	745,50	22,38	10,08	6,72	122,22	9,51	3,21		
Összesen:		13 270,12	3 145,30	91,15	114,50	23,17	408,10	41,80	13,32			





2022.05.05. csütörtök	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)	E	Gyümölcsleves K*	526,84	126,04	0,82	0,35	0,00	29,25	13,39	0,31		
			Kínai szezámcsirke 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:	4 841,09	1 158,16	40,28	42,08	4,87	152,76	26,96	3,95		
2022.05.06. péntek	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A" (00541)	R	Tejeskávét	752,47	82,96	6,86	3,00	1,63	31,18	19,98	0,27		
			Vaj 100g-os	189,10	45,24	0,03	4,99	3,09	0,03	0,03	0,00		
			Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80		
			Retek - piros	3,65	0,87	0,07	0,00	0,00	0,13	0,00	0,00		
		T	Joghurt ital Real Nature	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
		E	Gombaleves K*	550,04	131,59	2,63	8,32	2,16	11,32	0,68	1,28		
			Sváb sertéskaraj K*	2 169,55	497,13	28,22	37,90	6,65	15,58	0,00	2,52		
			Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40				





2022.05.06	(00541) Gyermek Élelmiszer	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:	7 315,73	1 631,22	63,59	66,65	15,57	215,71	25,16	12,53	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

