



Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

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. 29. hétfő (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	<b>R</b> Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	9,66	0,16			
	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
	Sajtkrém tömlős 50g, félzsíros	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Turista felvágott	200,84	48,05	6,36	2,46	0,86	0,06	0,00	0,00			
	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			
	<b>T</b> Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01			
	<b>E</b> Fejtett bableves K*	1 284,37	307,27	20,15	13,51	3,69	25,69	0,50	0,85			
	Darás metélt K*	2 464,69	589,64	17,26	10,89	1,40	104,96	9,99	1,15			
	Barackíz	302,08	72,27	0,13	0,00	0,00	17,83	15,58	0,00			
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02			
	<b>U</b> Pogácsa kicsi sajtos 22,5g	364,91	87,30	1,99	2,41	1,62	10,14	1,14	0,36			
	<b>V</b> Patikus szelet K*	2 530,81	605,46	30,98	47,07	12,27	13,60	1,65	1,56			
	Tört burgonya K*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	1,01			
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01			
	Összesen:		11 165,38	2 663,33	111,36	85,17	22,91	348,24	39,38	7,02		





2024. 04. 29. hétfő											
E	Fejtett bableves K*	1 284,37	307,27	20,15	13,51	3,69	25,69	0,50	0,85		
	Mazsolás diós kalács (2 db) K*	3 266,18	781,38	20,37	32,11	6,33	103,30	24,99	0,64		
	Alma	290,82	69,57	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	4 841,37	1 158,22	41,32	46,42	10,02	142,99	25,49	1,51		
2024. 04. 30. kedd											
R	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	9,66	0,16		
	Túrókrém zöldfűszeres K*	293,66	70,25	5,44	4,50	2,92	1,86	1,78	0,46		
	Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	- 2,00	0,00	0,00	0,00		
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
T	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
E	Gyümölcsleves K*	463,63	110,92	0,46	0,23	0,01	26,57	13,43	0,01		
	Bácskai rizseshús K*	3 142,64	751,83	26,85	38,98	10,16	75,15	0,46	2,33		





2024. 04. 30. kedd													
2024. 05. 02. csütörtök													
Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	(00541)	E	Káposztasaláta K*	237,13	56,73	1,84	0,25	0,03	11,42	5,00	0,53		
		U	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
		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:	7 415,95	1 774,16	60,26	55,33	14,34	255,63	31,52	6,07		
Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	(00541)	R	Kakaó isk	909,73	217,64	11,04	5,10	2,71	31,25	15,01	0,49		
			Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
			Sonkaszalámi	181,83	43,50	5,60	1,40	0,55	2,15	0,25	1,40		
			Tönköly kenyér	1 036,64	248,00	9,90	1,30	0,50	46,00	0,00	1,60		
			Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		T	Múzliszelet 20g	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
		E	Magyaros gombaleves K*	809,25	193,60	6,32	12,28	1,52	15,28	0,41	2,14		
			Sváb sertéskaraj K*	2 169,55	497,13	28,22	37,90	6,65	15,58	0,00	2,52		
			Burgonyapüré K*	1 569,76	375,54	9,72	10,16	4,68	60,29	0,00	0,95		
			Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		U	Joghurt ital 100g 1% zsírt.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		V	Vagdalt K*	1 889,31	451,99	21,65	31,75	9,57	19,21	0,19	1,18		
			Majonézes torma 70g	390,94	0,00	0,68	10,04	1,17	0,00	0,00	0,16		





2024. 05. 02. csütörtök		2024. 05. 03. péntek											
(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium		(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"											
V	Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06				
	Bagette 250gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
	<b>Összesen:</b>	<b>9 592,63</b>	<b>2 179,47</b>	<b>95,81</b>	<b>117,91</b>	<b>28,75</b>	<b>205,52</b>	<b>19,86</b>	<b>13,03</b>				
R	Tejeskávét	750,54	179,56	6,86	3,00	1,63	31,18	19,98	0,27				
	Vaj 100g háromnegyed zsíros	63,03	15,08	0,01	1,66	1,03	0,01	0,01	0,00				
	Paprikás szalámi	714,78	171,00	5,40	12,48	6,39	0,30	0,15	1,20				
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80				
	Retek - piros	2,43	0,58	0,04	0,00	0,00	0,08	0,00	0,00				
T	Sajtos rúd 60 gr	1 391,94	333,00	6,27	18,00	6,90	33,00	1,62	2,50				
E	Karfiolleves K*(piros)	424,52	101,56	3,28	5,15	0,55	10,29	0,00	0,61				
	Halfilé szezámmagos K*	1 564,62	374,31	30,42	17,42	2,50	23,64	0,00	1,57				
	Zöldborsófőzelék K**	1 444,12	345,48	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93				
	Félbarna kenyér	677,16	162,00	5,77	0,77	0,17	32,20	0,59	0,97				
U	Alma	290,82	69,57	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02				
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				
	<b>Összesen:</b>	<b>10 254,14</b>	<b>2 453,14</b>	<b>100,49</b>	<b>77,56</b>	<b>23,36</b>	<b>316,41</b>	<b>30,30</b>	<b>11,93</b>				





2024. 05. 03. péntek (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Karfiolleves K*(piros)	424,52	101,56	3,28	5,15	0,55	10,29	0,00	0,61		
		Zúzapörkölt K*	1 544,51	369,50	26,34	27,55	5,53	5,47	0,33	1,45		
		Tarhonya köret K*	2 160,50	516,87	18,75	14,82	2,07	76,55	0,01	1,26	 	
		Összesen:	4 129,53	987,93	48,37	47,52	8,15	92,31	0,34	3,32		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
diétetikus

.....  
Gazdaságvezető

