



Tételes étlap 2021.05.17. - 2021.05.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.05.17. 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	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
	Füstölt Edami sajt	585,20	140,00	10,40	10,80	7,20	0,32	0,00	0,00		
	Rozsos kenyér	1 635,22	391,20	13,91	3,62	1,72	70,50	1,39	1,93		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	T Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
	E Palócleves /konz/ K*	1 092,52	261,37	12,24	15,20	4,38	18,37	1,01	1,87		
	Tejbedara szórattal K*	1 566,41	238,85	12,80	5,04	2,60	69,09	31,97	0,38		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	V Brassói aprópecsenye K*	4 272,19	1 022,05	36,53	59,87	15,52	81,53	0,00	1,77		
	Pírtott burgonya K*	1 918,62	459,00	10,00	10,08	1,16	80,00	0,00	1,22		
	Összesen:	12 801,33	2 926,62	102,15	125,45	37,93	366,14	44,04	7,70		





2021.05.17. hétfő		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)									
E	Palócleves /konz/ K*	1 092,52	261,37	12,24	15,20	4,38	18,37	1,01	1,87		
	Aranygaluska K*	3 130,62	716,92	22,49	24,97	6,41	107,65	23,49	0,77		
	Vaniliasodó aranyg. K*	847,65	105,73	6,84	3,01	1,63	36,84	16,98	0,35		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	5 361,62	1 153,60	42,37	43,98	12,42	176,86	41,48	3,01		
2021.05.18. kedd		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A" (00541)									
R	Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
	Tojáskrém I*	210,92	50,46	2,77	3,97	1,04	0,43	0,00	0,42		
	Paprikás szalámi	953,04	228,00	7,20	16,64	8,52	0,40	0,20	1,60		
	Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Újhagyma	2,16	0,52	0,03	0,00	0,00	0,12	0,00	0,00		
T	Zebrarúd	1 197,15	286,40	6,88	6,91	2,68	50,01	7,88	0,59		
E	Zabgaluskás leves K*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02		
	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		








2021.05.18. kedd	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Tönköly kenyér	800,05	191,40	6,99	1,61	0,51	33,75	0,25	4,63			
			Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16			
		V	Aszalt szilvás pulykamell K*	1 489,92	356,44	25,00	16,19	4,32	27,21	23,25	0,70			
			Zöldséges bulgur*O	963,38	230,47	15,86	7,63	2,02	26,08	0,00	0,52			
			Összesen:	10 699,24	2 559,62	108,34	102,23	33,69	283,70	54,16	13,78			
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Zabgaluskás leves K*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02			
			Lasagne ragu K*	1 592,71	348,17	17,06	28,31	7,81	14,27	0,00	8,45			
			Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16			
			Összesen:	2 496,57	564,40	23,37	33,91	9,58	49,10	9,42	9,63			





2021.05.19. szerda (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R	Kakaó isk	996,54	92,81	10,94	5,37	2,95	36,30	19,98	0,40	 	
		Sajt tömlős 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80		
		Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	T	Kuglóf, kakaós	453,95	108,60	2,99	1,42	0,91	18,71	4,91	0,23		
	E	Fahéjas szilvaleves K*	700,57	167,60	1,05	0,03	0,00	39,57	18,16	0,11	     	
		Brokkoli-srépás csirke ragú K*	1 260,13	301,47	28,62	16,97	6,40	8,33	0,31	2,97	 	
		Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
	V	Citromos tea	347,42	83,11	0,04	0,01	0,00	20,51	20,19	0,00		
		Sonkás - Sajtos kenyérl. K*	3 199,50	765,43	34,61	29,02	10,98	90,51	2,44	3,28	 	
	Összesen:	10 152,80	2 283,30	98,18	64,66	23,31	354,71	69,77	9,60			





2021.05.20.
csütörtök

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

R	Tejeskávé isk	959,03	83,84	10,28	4,50	2,45	36,68	19,98	0,41		
	Vajkrém ízesített	361,15	86,40	2,00	8,00	5,20	1,60	1,00	0,36		
	Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36		
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
T	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
E	Tarhonyaleves K*	534,74	127,93	4,82	0,99	0,12	24,42	0,00	1,28		
	Borsos tokány K*	1 702,37	398,50	18,89	33,34	9,58	7,41	0,00	1,77		
	Tészta köret orsó K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
V	Ínyenc pástétom (kacsamáj) 4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31		
	Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Mandarin	391,96	93,77	1,40	0,60	0,00	19,60	0,00	0,01		
Összesen:		11 885,39	2 681,20	97,46	65,67	19,92	453,38	24,97	11,93		





2021.05.21. péntek (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R	Tej 3dl isk	608,58	0,00	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
		Párizsi sertés	392,92	94,00	4,00	8,44	2,88	0,88	0,20	0,80		
		Magvas kenyér	1 615,15	386,40	14,09	3,02	0,64	73,33	1,74	2,27		
	T	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
	E	Zöldborsóleves K*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93		
		Gyros fűsz. csirke hús K*	1 354,16	177,62	23,53	24,47	3,62	2,01	0,00	1,44		
		Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
		Joghurtos sárgarépasaláta K*	274,77	65,74	1,00	0,54	0,17	13,85	6,59	2,17		
	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:	8 173,93	1 663,56	79,80	64,49	16,17	256,19	34,26	12,83			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

