















Tételes étlap 2024.05.13. - 2024.05.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 13. hétfő (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R 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		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Füstölt trapista sajt	441,41	105,60	7,80	8,10	5,40	0,36	0,15	0,54		
	Rozsos kenyér	1 013,00	242,34	6,60	0,80	0,10	50,00	0,50	1,50		
	T Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	E Palócleves mir K*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	0,99	1,87		
	Tejbeköles K*	1 744,31	417,30	15,91	6,85	3,03	72,72	13,00	0,90		
	Kakaós porcukor K*	484,95	116,02	1,05	0,75	0,34	25,43	25,01	0,12		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	U Croissant(sonkás)	1 384,42	331,20	9,63	4,13	2,35	45,85	7,65	1,01		
	V Brassói aprópecsenye K*	2 784,84	666,23	27,37	38,47	11,34	50,88	0,00	1,21		
	Fejes saláta (negyed) K*	85,73	20,51	0,72	0,15	0,00	4,03	3,00	0,42		
		Összesen:	10 577,84	2 530,59	94,06	85,02	30,77	319,95	59,96	8,28	





2024. 05. 13. hétfő											
E	Palócleves mir K*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	0,99	1,87	 	
	Aranygaluska K*	3 120,07	746,43	22,46	24,97	8,51	107,65	23,49	0,65	    	
	Vaniliasodó K*	847,27	202,70	6,84	3,04	1,63	37,04	17,03	0,27		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	5 336,45	1 276,67	42,25	43,93	14,50	176,39	41,51	2,81		
2024. 05. 14. kedd											
R	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		
	Tojáskrém I*	210,92	50,46	2,77	3,97	1,04	0,43	0,00	0,42	   	
	Sonkaszalámi	181,83	43,50	5,60	1,40	0,55	2,15	0,25	1,40		
	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 Gyümölcsjoghurt 125g 0,4% zsír	418,00	100,00	3,30	3,20	2,20	14,00	13,00	0,18		
E Zabgaluskás leves K*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02	 		
E Sertés pörkölt K*	1 542,17	368,94	19,32	31,13	9,26	4,60	0,38	1,67			









2024. 05. 14.

kedd

(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

E	Tökfőzelék K*	993,48	237,68	5,53	11,43	3,10	27,49	1,99	1,08	 		
	Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96			
	U	Mandarin	195,98	46,89	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00		
	V	Margarin, csészés 32% zsírt.	319,77	76,50	0,00	7,50	2,10	0,00	0,00	0,18		
		Téliszalámi	864,42	206,80	9,20	18,80	7,60	0,20	0,20	1,80		
		Szel.Trap.sajt	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	 	
		Bagette 250gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Jégsaláta (kg)	22,60	0,00	0,40	0,02	0,00	0,59	0,00	0,01		
		Madár saláta (kg)	17,57	4,20	0,40	0,08	0,00	0,72	0,00	0,00		
		Retek - piros	1,83	0,44	0,04	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00		
		TV paprika	24,57	0,00	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Összesen:		8 796,68	2 093,20	93,41	98,41	36,47	203,81	27,00	11,79			





2024. 05. 14. kedd (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 K*	3 249,55	744,55	40,35	49,96	20,20	42,24	0,19	6,04	 	
		Összesen:	3 756,31	865,78	45,46	52,26	20,47	61,97	0,21	7,06		













2024. 05. 15.

szerda

(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"


















R	Kakaó isk	909,73	217,64	11,04	5,10	2,71	31,25	15,01	0,49	 	
	Sajtkrém tömlős 50g, félzsíros	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*	703,04	168,19	1,06	0,07	0,01	39,75	18,20	0,11		
	Brokkoli-srúpás csirke ragú K*	1 273,45	304,65	28,85	16,99	6,40	8,84	0,31	2,99	 	
	Petrezselymes rizsköret K*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00		
U	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
V	Madár tej dobozos 0,2l	538,44	128,81	7,00	1,00	0,54	22,80	12,20	0,23	 	
	Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00		
	Miniméz 20g-os	547,00	130,86	0,16	0,00	0,00	32,40	32,40	0,00		
	Pogácsa sajtos 80 gr	1 364,35	326,40	6,80	8,26	6,17	39,76	6,60	0,46		
	Zsemle kukoricás	1 635,22	391,20	13,56	2,80	0,60	75,86	2,06	1,86		
	Összesen:	11 763,88	2 814,31	93,99	54,85	20,88	458,22	95,45	9,29		





2024. 05. 16.
csütörtök

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

R	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		
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	180,58	43,20	1,00	4,00	2,60	0,80	0,50	0,18		
	Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	T	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Zöldborsóleves K*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93	 
		Gyros fűsz. csirkecomb K*	1 392,58	333,15	38,16	18,83	3,48	2,36	0,00	1,41	     
		Burgonyapüré K*	1 569,76	375,54	9,72	10,16	4,68	60,29	0,00	0,95	
		Joghurtos sárgarépasaláta K*	275,35	65,87	1,00	0,54	0,17	13,85	6,59	2,17	   
U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
V	Hamé pástétom (szárnyas) 48g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		





2024. 05. 16. csütörtök										
(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium										
V	Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31	
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
	TV paprika	40,95	0,00	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00	
	Összesen:	10 104,21	2 407,48	106,20	52,72	15,82	368,94	20,76	10,89	
R	Tejeskávé	750,54	179,56	6,86	3,00	1,63	31,18	19,98	0,27	
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Párizsi sertés	491,15	117,50	5,00	10,55	3,60	1,10	0,25	1,00	
	Magvas kenyér	1 277,00	305,50	9,40	4,90	0,40	54,00	0,00	1,70	
	Jégcsap retek	24,36	5,82	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,05	
T	Mandarin	195,98	46,88	0,70	0,30	0,00	9,80	0,00	0,00	
E	Tarhonyaleves K*	534,77	127,94	5,08	1,15	0,12	24,44	0,11	1,36	
	Borsos tokány K*	1 665,74	398,50	18,49	33,26	9,57	5,81	0,00	1,65	
	Tészta köret orsó K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	1,21	
U	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	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:	8 725,39	2 087,40	73,45	72,15	19,51	277,26	21,53	9,43	





.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

