



Tételes étlap 2021.05.24. - 2021.05.30.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.05.25. 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			
	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Téliszalámi	864,42	206,80	9,20	18,80	7,60	0,20	0,20	1,80	 		
	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 Kefír	276,36	66,11	6,80	0,20	0,11	9,20	0,00	0,60			
	E Lencseleves húsos K*	1 622,50	388,16	20,70	15,79	3,42	40,24	0,00	1,42			
	Diós tészta K*	2 768,42	662,30	19,65	24,15	4,83	90,81	14,99	0,63	 		
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
	V Fűszeres csirkemcsíkok K*	1 367,50	327,15	18,02	27,05	6,97	3,04	0,01	1,36			
	Francia saláta K*	2 411,52	576,92	8,89	45,19	9,32	32,04	1,98	1,47	 		
	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83			
	Összesen:		13 395,31	3 196,77	119,31	157,60	37,33	317,90	30,07	12,62		





2021.05.25. kedd (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"											
E	Lencseleves húsos K*	1 622,50	388,16	20,70	15,79	3,42	40,24	0,00	1,42		
	Virslis kifli K*	2 890,45	691,49	31,30	29,48	8,60	75,49	1,21	3,13	 	
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	Összesen:	4 971,84	1 189,43	56,20	50,67	12,02	125,93	1,21	4,55		
2021.05.26. szerda (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		
	Körözött túró házi isk*	243,73	58,31	5,32	3,06	1,97	2,29	1,36	0,44	 	
	Zsemle graham	2 415,20	577,80	20,74	4,78	1,56	102,78	1,22	2,26		
	Kápia paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
T	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
E	Sajtgombóc leves K*	841,69	201,36	7,86	10,05	2,43	19,38	0,00	2,70	 	
	Kakukkfűves Csirkemell K*	1 471,43	352,02	41,85	19,73	3,69	1,41	0,01	1,46		
	Finomfőzelék K*	1 143,49	225,03	12,35	7,77	1,49	37,82	1,50	1,48	 	
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	593,61	0,00	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,58		





















2021.05.26. szerda	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
		V	Rántott sertésszelet K*	1 784,53	426,92	27,55	22,74	4,47	27,53	0,00	2,11	
			Zsemle kukoricás	2 452,83	586,80	20,34	4,20	0,90	113,79	3,09	2,79	
			Uborka(kígyó)	29,48	7,05	0,60	0,06	0,00	1,02	0,00	0,02	
			Összesen:	12 229,04	2 589,48	154,85	81,34	18,99	376,85	11,18	14,26	
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Sajtgombóc leves K*	841,69	201,36	7,86	10,05	2,43	19,38	0,00	2,70	
			Rakott burg fkolbásszal K*	3 893,01	931,34	29,48	52,84	22,74	67,50	2,38	3,50	
			Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
			Összesen:	5 025,53	1 202,28	38,14	63,69	25,17	100,88	2,38	6,22	





2021.05.27.
csütörtök

(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	 	
	Mini vaj 10g	621,98	148,80	0,12	16,40	11,32	0,20	0,20	0,00		
	Szel.Trap.sajt	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	 	
	Kifli, teljes kiörlésű	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
T	Banán	87,75	20,99	0,26	0,02	0,00	4,84	0,00	0,01		
E	Fokhagyma krémleves K*	781,74	187,02	4,70	9,13	1,79	20,82	0,50	2,28	  	
	Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Édes-savanyú csmell csíkok K*	852,35	195,70	25,70	5,86	0,79	11,57	4,35	0,94	 	
	Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
V	Szel.Trap.sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	 	
	Téliszalámi	1 296,64	310,20	13,80	28,20	11,40	0,30	0,30	2,70	  	
	Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31		
	TV paprika	49,14	0,00	0,72	0,18	0,00	1,80	0,00	0,00		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
Összesen:		11 733,37	2 389,40	122,44	106,91	48,07	333,00	27,60	13,00		





2021.05.28.
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		
		Bundás kenyér I*	1 664,73	398,26	7,93	25,89	3,31	32,30	0,60	1,22		
	T	Bukta	1 458,82	349,00	7,47	7,54	2,79	61,61	20,65	0,63		
	E	Karalábéleves K*	473,85	113,36	2,81	5,84	0,65	12,11	0,00	1,15		
		Mediterán pulykatokányK*	1 322,82	305,51	26,26	19,53	5,29	8,42	0,33	4,38		
		Főtt burgonya f*	1 058,25	253,17	6,75	0,54	0,07	54,00	0,00	1,21		
		Káposztasaláta K*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83		
	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:	7 444,41	1 770,00	61,01	65,58	13,76	229,36	36,96	10,85		
(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Karalábéleves K*	473,85	113,36	2,81	5,84	0,65	12,11	0,00	1,15		
		Sonkás raguval t. szelet K*	1 857,21	444,31	31,12	25,18	5,41	22,86	0,16	2,43		
		Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
		Összesen:	3 535,99	845,93	40,79	35,28	6,55	89,22	0,16	6,56		





.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

