



Tételes étlap 2022.05.30. - 2022.06.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.05.30. 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			
	Sonkaszalámi	218,19	52,20	6,72	1,68	0,66	2,58	0,30	1,68			
	Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36			
	Jégcsap retek	36,54	8,74	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,08			
	T Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96			
	E Gulyásleves K*	741,64	177,43	2,81	9,60	1,09	19,35	0,00	1,29			
	Szilvalekváros gombóc mir K*	781,88	187,05	3,06	9,55	1,06	21,99	0,00	1,57			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	V Paprikáskrumpli kolbászK*	2 036,44	487,19	19,41	14,74	4,66	67,67	0,55	3,51	 		
	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16			
	Csemege uborka	57,54	13,76	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40			
	Összesen:		9 076,90	2 171,50	65,48	61,93	19,62	304,79	13,59	16,42		





2022.05.30. hétfő												
2022.05.30. hétfő (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Gulyásleves K*	741,64	177,43	2,81	9,60	1,09	19,35	0,00	1,29		
		Ízes bukta K*	2 543,44	579,36	17,80	13,61	3,64	103,43	27,45	0,28	 	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
		Összesen:	3 503,20	808,97	21,21	23,81	4,73	133,28	27,45	1,59		
2022.05.31. kedd (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R	Tejeskávé	752,47	82,96	6,86	3,00	1,63	31,18	19,98	0,27	 	
		Vajkrém ízesített	361,15	86,40	2,00	8,00	5,20	1,60	1,00	0,36		
		Paprikás szalámi	1 429,56	342,00	10,80	24,96	12,78	0,60	0,30	2,40	 	
		Tönköly kenyér	1 600,10	382,80	13,98	3,22	1,02	67,50	0,49	9,26		
		Uborka(kígyó)	29,48	7,05	0,60	0,06	0,00	1,02	0,00	0,01		
	T	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	E	Csirkebecsinált leves K*	883,66	211,40	13,36	10,70	1,51	14,74	0,06	1,35	 	
		Natúr szelet K*	1 057,97	253,10	22,37	14,70	3,63	7,53	0,00	1,39		
		Parajfőzelék K*	1 007,80	192,57	10,74	11,59	1,87	23,18	0,00	1,44	 	





2022.05.31.
kedd

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium	E	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
	V	Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
		Pirog K*	2 541,11	607,92	26,91	22,44	6,26	73,84	0,02	1,95		
		Összesen:	10 925,13	2 468,07	116,31	99,94	34,12	282,87	32,23	19,75		
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Csirkebecsinált leves K*	883,66	211,40	13,36	10,70	1,51	14,74	0,06	1,35	
			Marhapörkölt K*	1 398,01	334,45	21,87	24,87	7,09	5,35	0,00	1,37	
			Tarhonya köret K*	2 160,50	516,87	18,75	14,82	2,07	76,55	0,01	1,26	
			Összesen:	4 442,17	1 062,72	53,98	50,39	10,67	96,64	0,07	3,98	





2022.06.01.

szerda



(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		
	Harcspástétom különféle	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
	Kifli, teljes kiörlésű	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12		
	Zöldhagyma csomós	27,00	6,46	0,36	0,04	0,00	1,47	0,00	0,01		
T	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
E	Lebbencsleves K*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65		
	Tejszínes csirkemell kocka K*	1 265,73	302,81	28,35	16,89	5,17	8,99	0,01	1,23		
	Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
V	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Vagdalt K*	1 889,31	451,99	21,65	31,75	9,57	19,21	0,19	1,18		
	Bagette 250gr	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Jégsaláta	4,52	1,08	0,08	0,00	0,00	1,34	0,00	0,00		
	Retek - piros	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07		
	Összesen:	9 081,75	1 920,61	82,78	77,49	21,30	269,63	24,71	7,10		





2022.06.01. szerda (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Lebbencsleves K*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65		
		Dubarry csirkemell K*	2 102,49	454,46	35,94	32,06	10,05	17,07	0,00	2,79		
		Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
		Összesen:	4 566,79	1 044,01	47,82	46,93	11,80	118,19	0,02	5,24		





2022.06.02.
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			
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24			
	Zala felvágott	546,74	130,80	7,80	10,80	4,44	0,66	0,30	1,32	 		
	Rozsos kenyér	1 635,21	391,20	13,90	3,62	1,71	70,50	1,39	1,93			
	Kaliforniai paprika	77,40	18,51	0,59	0,18	0,01	3,61	0,00	0,00			
	T	Banán	877,54	209,93	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	E	Csurgatott tojás leves suli*	464,37	111,09	3,53	7,59	1,24	7,05	0,12	1,42	 	
		Itáliai rántott szelet K*	1 845,98	441,62	27,91	23,40	4,86	29,32	0,00	1,64	 	
		Zelleres Burgonyap. K*	1 285,45	268,70	8,88	6,84	2,09	51,24	0,02	2,04	 	
		Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,48	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
	V	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kuglóf, kakaós	907,89	217,20	5,98	2,83	1,82	37,41	9,81	0,46		
		Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00		
		Minidzsem 25g-os, különféle	548,82	131,30	0,20	0,00	0,00	32,26	27,16	0,02		
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,01		
Összesen:		9 666,72	2 273,76	74,17	76,21	20,78	315,15	56,46	10,57			





2022.06.03. 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		
		Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
		Főtt tojás K*	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,00	0,28		
		Kornspitz	2 100,86	502,60	21,50	10,72	4,52	73,22	1,88	4,46		
		Retek - piros	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07		
	T	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
	E	Zöldbableves K*	437,31	104,62	3,56	4,14	0,42	12,98	0,00	0,99		
		Bolognai Spagetti K*	3 202,34	733,25	34,83	36,51	11,92	73,64	0,00	3,11		
	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:	8 351,70	1 965,14	82,21	77,49	24,14	229,10	28,51	10,66			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

