



Tételes étlap 2021.05.31. - 2021.06.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.05.31. hétfő (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	<b>R</b> 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	145,46	34,80	4,48	1,12	0,44	1,72	0,20	1,12		
	Zsemle korpás	139,08	33,28	1,40	0,20	0,02	6,40	0,00	0,14		
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	<b>T</b> Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	    	
	<b>E</b> Gulyásleves K*	1 463,12	350,03	13,31	23,94	6,20	19,53	0,00	1,39		
	Szilvalekváros gombóc mir K*	1 120,60	268,09	3,07	9,56	1,06	42,13	19,98	1,57		
	<b>V</b> Zöldfűszeres cs.combfilé *K	1 313,79	114,75	32,37	13,40	3,03	2,89	1,27	1,42	 	
	Velesült burgonya F	2 760,13	660,32	11,25	27,60	3,18	89,51	0,07	2,85		
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	Összesen:		8 421,22	1 807,27	72,03	95,96	19,27	195,90	31,19	11,40	





2021.05.31. hétfő (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Gulyásleves K*	1 463,12	350,03	13,31	23,94	6,20	19,53	0,00	1,39	
		Sonkás sajtos pillangó K*	3 377,35	783,71	32,54	31,62	12,49	97,39	3,38	3,95	
		Összesen:	4 840,47	1 133,74	45,85	55,56	18,69	116,92	3,38	5,34	





2021.06.01.

kedd

(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Epres tej O*	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	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			
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
	T	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08		
	E	Tárkonyos zöldség leves K*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08		
		Bolognai Spagetti K*	3 202,34	733,25	34,83	36,51	11,92	73,64	0,00	3,11		
	V	Flekkén*K	2 559,41	612,30	14,91	60,14	19,04	2,13	0,00	0,24		
		Ínyenc saláta*K	2 628,22	628,76	10,73	11,51	6,13	22,08	12,60	1,95		
Félbarna kenyér		1 625,18	388,80	13,85	1,85	0,42	77,28	1,43	2,33			
Összesen:		14 444,26	3 325,63	119,60	153,51	51,43	286,46	32,97	15,05			




















2021.06.02.

szerda

(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		
	Paprikás szalámi	953,04	228,00	7,20	16,64	8,52	0,40	0,20	1,60	  	
	Tönköly kenyér	1 600,10	382,80	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
	Karalábé	64,16	15,35	0,84	0,08	0,01	2,76	0,00	0,05		
T	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	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 sertésszelet I*	929,15	222,29	17,88	13,99	3,16	5,96	0,00	0,95		
	Parajfőzelék K*	1 007,80	192,57	10,74	11,59	1,87	23,18	0,00	1,44	 	
	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
V	Pirog K*	2 541,11	607,92	26,91	22,44	6,26	73,84	0,02	1,95	  	
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Összesen:		10 738,81	2 374,98	112,25	93,34	30,25	295,38	22,73	18,23		





2021.06.02. szerda		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)									
E	Csirkebecsinált leves K*	883,66	211,40	13,36	10,70	1,51	14,74	0,06	1,35		
	Marhapörkölt K*	453,68	108,54	0,97	9,47	1,06	4,69	0,00	1,21		
	Tarhonya köret K*	2 160,50	516,87	18,75	14,82	2,07	76,55	0,01	1,26		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	3 788,67	906,39	33,88	35,79	4,64	109,98	0,07	3,84		
2021.06.03. csütörtök		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		
	Harcsapástétom 130g zöldfűszer	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,50	0,00	0,00	0,00		
	Kifli, magvas	434,00	103,82	2,60	1,36	0,00	19,32	0,00	0,00		
	Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
T	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
E	Lebbencsleves K*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65		
	Zöldborsós csirkemellcsikok K*	1 357,08	324,66	35,19	13,63	3,94	14,83	1,60	1,47		





2021.06.03.  
csütörtök

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80				
	V	Vagdalt K*	1 889,31	451,99	21,65	31,75	9,57	19,21	0,19	1,18				
		Bagette	3 333,55	797,50	28,98	3,70	1,00	156,95	3,48	4,20				
		Jégsaláta	9,04	2,16	0,16	0,00	0,00	2,69	0,00	0,00				
		Retek - piros	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07				
		Összesen:	11 169,59	2 672,14	108,68	77,28	24,08	357,68	15,58	11,54				
	(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			
			Borzas csirkemell F*	1 991,86	476,52	47,50	20,89	12,59	23,68	1,49	2,98			
			Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80			
			Összesen:	4 456,16	1 066,07	59,38	35,76	14,34	124,80	1,51	5,43			





2021.06.04. 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		
		Kakaós magyorkrém 20-30g	3 357,90	0,00	9,75	46,50	8,64	85,50	72,00	2,04	  	
		Kukoricás kenyér	1 630,20	390,00	13,62	1,70	0,46	77,92	2,00	2,10		
	T	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
	E	Gyümölcsleves K*	490,34	117,30	0,42	0,19	0,00	27,69	13,39	0,30	    	
		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	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
	V	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16		
	Összesen:	12 240,12	1 940,51	86,78	101,45	25,76	392,27	110,93	11,92			

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

