



Tételes étlap 2022.06.06. - 2022.06.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2022.06.07. kedd (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	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			
	Párizsi sertés	392,92	94,00	4,00	8,44	2,88	0,88	0,20	0,80			
	Zsemle korpás	139,08	33,28	1,40	0,20	0,02	6,40	0,00	0,14			
	Uborka(kígyó)	29,48	7,05	0,60	0,06	0,00	1,02	0,00	0,02			
	T Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00			
	E Vajgaluska leves K*	528,28	126,38	4,44	5,19	1,13	15,18	0,02	0,25			
	Sült kolbász K*	1 584,08	378,97	13,00	36,54	13,53	1,00	0,20	1,80			
	Sárgaborsó főzelék K*	1 595,95	381,81	20,27	8,88	1,10	54,77	0,00	0,61			
	Tönköly kenyér	414,66	99,20	3,96	0,52	0,20	18,40	0,00	0,64			
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02			
	V Grill csirkemell K	855,99	204,78	25,26	10,98	2,13	0,98	0,00	0,29			
	Kukoricás tojássaláta K*	1 585,39	379,28	13,74	11,69	4,85	54,16	4,95	4,60			
	Magvas kenyér	638,50	152,75	4,70	2,45	0,20	27,00	0,00	0,85			
	Összesen:		9 247,89	2 212,41	103,84	99,00	29,08	221,38	15,04	10,56		





2022.06.08.

szerda

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

R	Tej 3dl	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
	Körözött túró	541,13	129,46	8,56	9,05	4,55	3,27	2,14	1,11			
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80			
	Kaliforniai paprika	77,40	18,52	0,59	0,18	0,02	3,62	0,00	0,01			
	T	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	E	Karfiollevés K*	424,52	101,56	3,28	5,15	0,55	10,29	0,00	0,61		
		Natúr halfilé K**	779,32	186,44	20,27	11,12	1,86	1,34	0,05	0,62		
		Besamel Mártás K*	1 119,00	267,70	11,93	19,90	9,94	9,84	0,99	1,42		
		Mexikói párolt rizs K*	1 524,61	364,74	8,02	6,86	0,78	67,08	0,00	0,60		
		Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
V	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Kockasajt natúr 200g 8cikk	620,73	148,50	8,25	11,25	7,35	3,54	3,09	0,69			





2022.06.09. csütörtök	22.06.09.	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	V	Kifli, tejes	1 842,87	440,88	14,73	3,54	1,44	83,10	6,15	1,47	
				Összesen:	9 539,43	2 282,17	99,63	74,91	29,87	289,66	16,18	8,76	
			R	Tej 2dl ovi	403,79	96,60	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	
				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	
				Rozsos kenyér	1 362,68	326,00	11,59	3,02	1,43	58,75	1,16	1,61	
				Jégcsap retek	36,54	8,74	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,09	
			T	Puding habos 175 gr	643,72	154,00	1,93	4,03	2,80	27,65	21,70	0,00	
			E	Zellerkrémleves mir. K	429,43	102,74	2,98	4,50	0,87	12,10	0,34	0,63	
				Sertéssz. Budapest m. K*	1 519,02	363,40	32,25	19,41	5,41	14,41	0,00	0,89	
				Főtt burgonya f*	1 058,25	253,17	6,75	0,54	0,07	54,00	0,00	0,42	
				Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			V	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
				Sonkás-gombás pizza	2 883,78	689,90	31,55	16,06	6,10	104,08	10,25	2,77	
				Összesen:	8 955,83	2 142,54	98,81	55,24	19,36	304,13	43,12	7,27	





2022.06.10.

péntek

(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Kakaó	993,64	237,71	10,94	5,37	2,95	36,30	19,98	0,40		
	Kalács kakaós	1 750,58	418,80	13,99	6,34	4,06	65,40	4,25	1,02		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	0,00	0,00	0,00		
	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
	T	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02	
	E	Csontleves tésztabetéttel K*	416,73	99,70	3,92	3,56	0,45	12,97	0,00	0,66	
		Tarhonyáshús K*	2 519,63	602,78	35,50	23,13	4,96	62,41	0,00	1,26	
		Káposztasaláta K*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,54	
		Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
	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:		8 019,33	1 918,50	75,45	51,09	14,96	271,36	46,14	5,20		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietaikus

.....
Gazdaságvezető

