




Tételes étlap 2024.06.03. - 2024.06.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 06. 03. hétfő (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	<b>R</b> 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			
	Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00			
	Szel.Trap.sajt	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97			
	Kenyér teljes kiörlésű, szel.	970,41	232,16	9,26	1,22	0,07	46,89	0,00	0,97			
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
	<b>T</b> Puding habos 175 gr	643,72	154,00	1,93	4,03	2,80	27,65	21,70	0,00			
	<b>E</b> Legényfogó leves K*	926,44	221,64	16,12	11,54	3,03	12,95	0,40	0,79			
	Tejbedara K*	1 363,19	326,12	12,34	4,50	2,28	58,84	21,98	0,38			
	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			
	<b>U</b> Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12			
	<b>V</b> Spenótos-sajtos csirkemell K*	1 869,45	447,24	42,78	17,89	5,06	28,31	0,60	1,60			
	Bulgur köret K*	1 932,06	462,21	13,57	10,78	1,32	83,79	0,01	0,54			
	Összesen:		11 087,35	2 652,49	124,66	87,25	28,84	345,96	79,36	6,08		


























2024. 06. 03. hétfő												
2024. 06. 03. hétfő (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Legényfogó leves K*	926,44	221,64	16,12	11,54	3,03	12,95	0,40	0,79	 	
		Szalagos Fánk K*	2 284,03	546,42	17,39	17,74	4,31	78,94	5,01	0,13	   	
		Barackíz	302,08	72,27	0,13	0,00	0,00	17,83	15,58	0,00		
		Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
		Összesen:	3 803,38	909,91	34,44	30,08	7,34	123,72	20,99	0,94		
2024. 06. 04. kedd (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		
		Párizsi sertés	491,15	117,50	5,00	10,55	3,60	1,10	0,25	1,00		
		Zsemle korpás	139,08	33,28	1,40	0,20	0,02	6,40	0,00	0,14		
		Uborka(kígyó)	19,65	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	T	Banán	658,15	157,45	1,95	0,15	0,00	36,30	0,00	0,08		
	E	Karfiollevés K*(piros)	424,52	101,56	3,28	5,15	0,55	10,29	0,00	0,61		





2024. 06. 04. kedd		(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"										
E	Besameles-sajtos halfilé*K	1 855,94	444,01	42,55	22,62	11,08	17,60	0,00	3,55	 		
	Mexikói párolt rizs K*	1 524,61	364,74	8,02	6,86	0,78	67,08	0,00	0,60			
	U	Búrkifli, mákos	1 338,64	320,25	6,03	10,19	4,93	39,60	16,98	0,31		
	V	Kakaó	993,64	237,71	11,04	5,10	2,71	36,24	20,01	0,49	 	
		Tarjás omlett*K	1 094,44	261,82	21,01	19,05	5,35	1,28	0,46	2,61	 	
	Jégsaláta (kg)	56,50	0,00	1,00	0,05	0,00	1,48	0,00	0,03			
	Madár saláta (kg)	13,17	3,15	0,30	0,06	0,00	0,54	0,00	0,00			
	Rukkola saláta (kg)	15,75	3,76	0,38	0,09	0,01	0,54	0,00	0,01			
	Búzakenyér	1 350,14	323,00	11,49	1,45	0,38	64,19	1,36	1,94			
Összesen:		10 985,79	2 614,66	124,98	91,11	33,26	309,55	48,72	12,06			
2024. 06. 05. szerda		(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			
	Körözött túró házi isk*	237,28	56,76	5,20	3,11	2,01	1,93	1,37	0,34	 		
	Kifli, graham	1 073,90	256,92	11,34	5,20	2,98	40,90	0,00	1,52	  		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00			
T	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01			
E	Zellerkrémleves mir. K	571,86	136,81	3,72	6,85	1,09	14,30	0,25	0,69	      		
	Píritott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			





2024. 06. 05. szerda												
2024. 06. 06. csütörtök												
2024. 06. 05. szerda (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Budapestragu K*	1 646,15	393,82	32,54	22,26	6,12	15,24	0,00	0,98		
		Burgonya sós *K	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	1,01		
	U	Múzliszelet 20g	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	V	Tejeskávé	750,54	179,56	6,86	3,00	1,63	31,18	19,98	0,27	 	
		Sonkás-gombás pizza	2 911,91	669,25	31,75	16,08	6,12	105,49	10,25	2,78	 	
		Összesen:	9 600,88	2 269,50	111,29	64,77	22,47	312,03	45,51	8,16		
2024. 06. 06. 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		
		Mustáros tojáskrém I*	209,68	50,16	2,80	3,87	1,01	0,57	0,00	0,43	  	
		Rozsos kenyér	1 013,00	242,34	6,60	0,80	0,10	50,00	0,50	1,50		
		Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
	T	Gyümölcsjoghurt ital 100g 1%	313,50	75,00	2,80	0,80	0,50	13,30	13,30	0,00		
	E	Csontleves tésztabetéttel K*	349,91	83,71	4,12	1,86	0,27	12,61	0,00	1,65	  	
		Köményes sertéssült K*	1 021,06	244,27	25,30	15,32	4,10	0,99	0,00	1,24		
		Almamártás K*	1 074,95	257,16	1,75	3,84	2,29	52,46	19,02	0,04	 	
		Burgonyakrokkett K*	1 158,75	277,21	2,96	16,36	2,24	29,20	0,00	0,07		
	U	Szezámagos madárka	900,37	215,40	6,17	3,18	1,68	36,16	6,27	0,59		
	V	Margarin, csészés 32% zsírt.	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		





2024. 06. 06.  
csütörtök

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	V	Téliszalámi	972,48	232,65	10,35	21,15	8,55	0,23	0,23	2,03	
		Szel.Trap.sajt	699,49	167,34	12,47	12,65	8,04	0,72	0,00	1,09	
		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	
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	11 190,74	2 665,44	106,40	97,03	34,72	327,96	51,23	11,81	
(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Csontleves tésztabetéttel K*	349,91	83,71	4,12	1,86	0,27	12,61	0,00	1,65	
		Köményes sertéssült K*	1 021,06	244,27	25,30	15,32	4,10	0,99	0,00	1,24	
		Paradicsomos káposzta K*	1 031,55	213,93	6,66	7,35	0,81	37,67	9,99	1,49	
		Összesen:	2 402,52	541,91	36,08	24,53	5,18	51,27	9,99	4,38	





2024. 06. 07.

péntek

(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			
	Kalács kakaós	1 412,84	338,00	8,30	7,60	3,50	59,00	9,80	0,70			
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12			
	Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00			
	T	Alma	290,82	69,57	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	E	Vajgaluska leves K*	525,63	125,75	4,43	5,19	1,69	15,18	0,02	0,21		
		Tarhonyáshús K*	2 484,12	594,29	34,47	22,66	4,81	62,39	0,00	1,25		
		Káposztasaláta K*	237,13	56,73	1,84	0,25	0,03	11,42	5,00	0,53		
	U	Banán	877,54	209,93	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	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:		8 791,99	2 103,34	75,10	53,34	15,89	322,24	47,22	5,49			

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietaikus

.....  
Gazdaságvezető

