



Tételes étlap 2021.08.30. - 2021.09.05.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.08.30. 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		
			Gouda sajt	576,84	138,00	9,36	11,16	7,56	0,00	0,00	0,80		
			Tönköly kenyér	1 600,10	382,80	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
			Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		E	Gulyásleves K*	1 463,12	350,03	13,31	23,94	6,20	19,53	0,00	1,39		
			Szalagos Fánk K*	3 597,35	836,34	20,39	27,15	5,47	132,59	41,69	1,28		
			Összesen:	7 873,01	1 859,22	58,31	75,57	23,06	230,59	51,85	13,13		
2021.08.31. kedd	(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		
			Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
			Párizsi baromfi	356,50	85,29	4,76	7,28	2,75	0,08	0,00	0,91		
			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		
		E	Vajgaluska leves K*	506,18	121,10	4,01	4,81	1,03	15,16	0,02	1,22		
			Vasi pecsenye K*	1 518,40	363,25	28,39	21,44	4,94	13,76	0,00	1,51		
			Szárazbabfőzelék K*	1 593,68	381,26	20,75	7,54	0,89	57,16	0,00	1,20		





2021.09.01. szerda	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Korpás Kenyér	535,04	128,00	4,71	0,65	0,16	25,14	0,66	0,56	
			Összesen:	7 965,12	1 752,10	96,74	71,22	18,43	211,36	2,92	10,28	
		R	Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15	
			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	
			Kalács kakaós	1 750,58	418,80	13,99	6,34	4,06	65,40	4,25	1,02	
		T	Körte	443,03	105,99	0,80	0,60	0,00	24,00	0,00	0,01	
		E	Gyümölcsle 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Bolognai Spagetti K*	3 202,34	733,25	34,83	36,51	11,92	73,64	0,00	3,11	
		V	Ízes bukta K*	2 508,59	571,02	17,90	13,61	3,64	101,17	25,39	0,30	
			Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Összesen:	9 020,82	2 096,11	68,59	67,11	21,43	306,76	66,47	4,61			





2021.09.02.
csütörtök

(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		
	Sajt tömlős 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80		
	Kaliforniai paprika	64,50	15,43	0,50	0,15	0,01	3,02	0,00	0,01		
	T	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	
	E	Tarhonyaleves K*	534,74	127,93	4,82	0,99	0,12	24,42	0,00	1,28	
		Csirkemell sajtmártással*K	919,92	195,81	27,89	7,93	2,77	9,04	0,50	0,48	
		Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80	
		Szőlő	235,93	56,44	0,42	0,21	0,00	12,67	0,00	0,00	
	V	Csirkehús pástétom "Hamé" 48 g	658,22	157,46	8,28	13,20	4,88	1,20	0,00	1,68	
		Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31	
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		TV paprika	81,90	0,00	1,20	0,30	0,00	3,00	0,00	0,01	
	Összesen:		9 582,53	2 103,01	95,87	51,38	15,52	352,57	26,51	8,90	





2021.09.03.

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	532,95	127,50	0,00	12,50	3,50	0,00	0,00	0,30			
	Téliszalámi	1 080,53	258,50	11,50	23,50	9,50	0,25	0,25	2,25	 		
	Szel.Trap.sajt	777,21	185,94	13,85	14,05	8,93	0,80	0,00	1,21	 		
	Rozsos kenyér	1 635,22	391,20	13,91	3,62	1,72	70,50	1,39	1,93			
	T	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	 	
	E	Zöldborsóleves K*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93	 	
		Burgonyapüré K*	1 578,47	338,80	9,74	10,16	3,00	60,29	0,00	1,04		
		Pulyka Gordon blue	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
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:		8 249,81	1 934,82	67,83	78,74	29,57	234,16	36,28	10,40			

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

