



Tételes étlap 2021.09.06. - 2021.09.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.09.06. 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		
		Kenőmájas	273,79	65,50	5,80	4,20	1,35	1,95	0,35	0,81		
		Korpás Kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,97	1,67		
		TV paprika	40,95	0,00	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
	T	Kalocsai Rúd	905,39	216,60	6,37	2,93	1,92	35,75	2,73	1,48		
	E	Palócleves mir K*	1 078,28	257,96	12,15	15,12	4,36	17,70	0,99	1,87		
		Derelye klf mir.	3 098,38	741,24	19,66	20,83	2,11	115,77	19,98	5,50		
		Vaníliás tejföl	154,70	37,01	0,72	3,19	2,00	1,22	1,22	0,03		
		Szilva	377,48	90,31	1,05	0,26	0,00	19,65	0,00	0,02		
	V	Rántott sertésszelet K*	1 784,53	426,92	27,55	22,74	4,47	27,53	0,00	2,11		
		Félbarna kenyér	1 625,18	388,80	13,84	1,84	0,42	77,28	1,42	2,32		
		Jégsaláta	4,52	1,08	0,08	0,00	0,00	1,34	0,00	0,00		
		Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
		Összesen:	11 137,90	2 654,77	102,81	73,25	16,13	385,41	38,33	15,96		





2021.09.07.

kedd

(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			
	Főtt tojás K*	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,00	0,28			
	Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36			
	Uborka(kígyó)	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02			
	T	Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02		
	E	Májgaluska leves K*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56	  	
		Rozmaringos cs.mell K*	4 177,37	866,34	45,62	89,74	11,08	1,11	0,00	2,30		
		Zöldborsófőzelék K**	1 444,89	306,84	18,70	9,58	1,50	45,33	3,00	0,93	 	
		Tönköly kenyér	800,05	191,40	6,99	1,61	0,51	33,75	0,25	4,63		
	V	Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31		
		Margarin Light	639,54	153,00	0,00	15,00	4,20	0,00	0,00	0,36		
		Téliszalámi	1 296,63	310,20	13,80	28,20	11,40	0,30	0,30	2,70	  	
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		





2021.09.07												
2021.09.08. szerda	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	V	Alma	290,82	69,57	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02	
			TV paprika	49,14	0,00	0,72	0,18	0,00	1,80	0,00	0,00	
			Összesen:	16 417,64	3 744,04	150,06	191,84	46,84	376,08	46,29	17,94	
		R	Karamellás tej I*	1 028,16	100,38	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40	
			Margarin Light	532,95	127,50	0,00	12,50	3,50	0,00	0,00	0,30	
			Sonkaszalámi	181,83	43,50	5,60	1,40	0,55	2,15	0,25	1,40	
			Zsemle, tönköly	2 166,92	518,40	19,54	5,26	1,68	89,04	0,62	2,24	
			Kápia paprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00	
		T	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00	
		E	Brokkolikrémleves K*	253,89	60,74	3,24	0,35	0,05	11,08	0,05	2,97	
			Pirított zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Bundázott halfilé K*	866,56		207,31	26,09	3,02	1,08	18,81	0,00	1,17			
Párolt rizs kukoricával K*	1 740,48		416,38	8,39	10,25	1,22	72,25	0,03	0,80			
Tartármártás K*	2 094,99		501,19	2,13	52,72	9,74	3,74	3,15	0,34			
V	Pizzás csiga házi K*	2 495,38	553,75	25,62	19,42	7,12	79,18	1,02	0,95			
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	- 2,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	11 722,99	2 615,72	102,61	112,37	25,38	330,23	34,10	10,57			





2021.09.09.  
csütörtök

(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		
	Vajkrém ízesített	451,44	108,00	2,50	10,00	6,50	2,00	1,25	0,45		
	Paprikás szalámi	1 191,30	285,00	9,00	20,80	10,65	0,50	0,25	2,00	  	
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80		
	Póréhagyma	77,07	18,44	1,10	0,15	0,00	3,15	0,00	0,01		
	T Szőlő	404,44	96,76	0,72	0,36	0,00	21,72	0,00	0,01		
	E	Daragaluska leves K*	772,85	184,89	4,95	7,01	0,91	25,18	0,01	1,38	  
		Csirkepörkölt K*	1 843,41	441,01	26,19	34,32	4,75	6,29	0,00	1,29	
		Tökfőzelék K*	993,48	237,68	5,53	11,43	3,10	27,49	1,99	1,08	 
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83	
	V	Hamburger pogácsa 0,52gr	858,16	205,30	18,15	13,41	5,02	2,75	0,00	3,48	
		Hamburger zsemle 150gr	4 376,46	1 047,00	31,62	12,74	6,60	182,52	10,98	1,92	
		Uborka(kígyó)	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02	





2021.09.09. csütörtök												
2021.09.09. csütörtök	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	V	Jégsaláta	22,60	5,41	0,40	0,02	0,00	6,74	0,00	0,01	
			Majonéz vödörös	354,46	84,80	0,13	9,32	1,20	0,00	0,00	0,02	
			Ketchup	45,36	10,85	0,21	0,04	0,00	2,40	1,40	0,22	
			Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
			Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	
			Összesen:	14 962,22	3 433,90	133,86	137,15	44,89	416,82	20,62	15,04	
2021.09.10. péntek	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	
			Vaj 100g-os	157,59	37,70	0,03	4,17	2,58	0,03	0,03	0,00	
			Miniméz 20g-os	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
			Kifli, magvas	434,00	103,82	2,60	1,36	0,00	19,32	0,00	0,00	
		T	Gyümölcsjoghurt 125g	386,65	92,50	3,13	0,50	0,38	18,75	16,25	0,08	
		E	Csurgatott tojás leves K*	701,90	167,91	5,35	12,12	2,03	9,18	0,23	2,93	
			Sárgarépás cukki Pulykaragu K*	2 517,42	596,78	22,02	53,09	8,08	8,24	0,00	5,29	
			Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98	
			Káposztasaláta K*	250,59	59,95	2,00	0,27	0,03	11,99	5,00	0,83	
		V	Félbarna kenyér	270,86	64,80	2,31	0,31	0,07	12,88	0,24	0,39	
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12	
	Összesen:	6 600,20	1 573,50	45,25	81,13	15,07	161,13	47,62	12,77			





.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

