



Tételes étlap 2021.09.13. - 2021.09.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.09.13. 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		
	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		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	T Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
	E Sárgaborsó gulyás K*	1 648,94	394,48	24,68	15,96	3,12	37,48	0,02	1,34		
	Tejbedara szóráttal K*	1 566,41	238,85	12,80	5,04	2,60	69,09	31,97	0,38		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	V Marhapörkölt K*	453,68	108,54	0,97	9,47	1,06	4,69	0,00	1,21		
	Galuska köret K*	1 924,89	460,50	17,82	5,42	0,69	84,55	0,00	0,84		
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
		Összesen:	9 704,69	2 032,38	87,71	60,08	16,96	340,22	46,37	10,37	










2021.09.13. hétfő		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)									
E	Sárgaborsó gulyás K*	1 648,94	394,48	24,68	15,96	3,12	37,48	0,02	1,34		
	Mazsolás almás kalács F*	3 478,68	798,25	21,12	18,10	3,24	142,62	10,01	1,14		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	5 418,45	1 262,31	46,60	34,86	6,36	194,10	10,03	2,50		
2021.09.14. kedd		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		
	Fekete áfonya dzsem	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Tönköly kenyér	1 600,10	382,80	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
T	Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00		
E	Húsleves K*	410,14	98,12	3,43	3,90	0,40	12,08	0,00	1,26		
	Főtt hús K*	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	0,25		
	Paradicsomos káposzta K*	1 031,55	213,93	6,66	7,35	0,81	37,67	9,99	1,49		
	Rozsos kenyér	681,34	163,00	5,80	1,51	0,72	29,38	0,58	0,81		





2021.09.15. szerda	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	V	Rozmaringos cs.comb zölds.*K	2 984,24	713,93	58,22	32,14	5,46	46,28	0,00	2,64	
			Összesen:	8 550,86	2 012,80	119,77	62,32	11,88	238,70	20,73	15,86	
		R	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	
			Körözött túró házi isk*	243,73	58,31	5,32	3,06	1,97	2,29	1,36	0,44	 
			Kifli, teljes kiörlésű	1 053,62	0,00	10,68	1,54	0,14	48,56	0,00	1,12	
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00	
		T	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
		E	Magyaros Burgonyaleves K*	1 120,07	267,96	5,32	12,05	1,53	33,60	0,19	1,96	 
			Hentes tokány K*	1 648,95	390,11	19,17	32,62	11,03	5,54	0,00	1,87	 
			Tészta kör. szarvacska K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91	 
		V	Flekkén*K	2 559,41	612,30	14,91	60,14	19,04	2,13	0,00	0,24	 
			Francia saláta K*	2 411,52	576,92	8,89	45,19	9,32	32,04	1,98	1,47	   





21.09.	00541	V	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83	
			Összesen:	12 395,96	2 709,10	87,89	163,25	44,33	280,59	4,51	8,85	
2021.09.16. csütörtök	(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	
			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	
			Szel.Trap.sajt	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97	
			Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36	
			Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
		T	Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12	
		E	Zabgaluskás leves K*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02	
			Sült csirkecomb K*	1 472,24	352,21	41,86	19,73	3,69	1,44	0,01	1,46	
			Meggymártás K*	867,53	207,54	1,34	0,83	0,00	46,65	17,98	0,02	
			Burgonyakrokkett K*	2 104,15	503,39	6,18	25,89	3,73	60,83	0,00	0,15	
		V	Sertésmájkrém 65 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22	
			Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
			TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
			Gyümölcsle 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00	





2021.09.17. péntek (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	21.09.	00541	V	Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40	
				Összesen:	13 554,37	3 089,23	130,22	108,49	31,87	416,46	34,56	11,06	
			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	
				Paprikás szalámi	953,04	228,00	7,20	16,64	8,52	0,40	0,20	1,60	
				Zsemle graham	2 415,20	577,80	20,74	4,78	1,56	102,78	1,22	2,26	
				Karalábé	64,16	15,35	0,84	0,08	0,01	2,76	0,00	0,05	
			T	Nektarin	462,17	110,57	1,88	0,92	0,10	23,56	0,00	0,00	
			E	Zöldbaleves K*	437,31	104,62	3,56	4,14	0,42	12,98	0,00	0,99	
				Itáliai rántott szelet K*	1 845,98	441,62	27,91	23,40	4,86	29,32	0,00	1,64	
				Rizi-bizi mir. K*	2 189,59	523,83	13,30	12,70	1,44	88,34	0,01	0,81	
				Céklasaláta, csemege szeletelt	159,23	38,09	0,79	0,06	0,00	8,35	4,80	0,74	
			V	Félbarna kenyér	812,59	194,40	6,92	0,92	0,21	38,64	0,71	1,16	
				Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24	
				Összesen:	10 381,57	2 483,63	84,01	83,69	22,73	317,42	16,61	9,88	

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

