



Tételes étlap 2023.10.23. - 2023.10.29.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 10. 24. kedd (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	<b>R</b> Tea Instant I*	189,58	45,35	0,87	0,05	0,01	10,29	9,67	0,15		
	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Sajtkrém tömlős 50g, félzsíros	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
	Graham kenyér	2 120,10	507,20	22,93	3,38	0,90	86,05	1,38	2,38		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	<b>T</b> Narancs	346,21	82,82	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	<b>E</b> Gulyásleves marhahússal K*	726,47	173,80	2,92	9,05	1,22	19,53	0,20	2,52		
	Mákos Tészta K*	1 780,59	425,98	15,00	8,04	1,15	72,90	0,00	0,91		
	Mák szórat K*	1 127,70	269,78	8,20	15,28	4,00	24,55	14,99	0,02		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	<b>U</b> Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	<b>V</b> Csirkemell sajtmártással*K	926,13	221,56	28,17	8,03	2,97	9,19	0,30	0,36		
	Burgonyakrokkett K*	1 158,75	277,21	2,96	16,36	2,24	29,20	0,00	0,07		
	Összesen:	10 522,06	2 517,23	97,45	69,01	13,94	361,02	30,54	6,95		





2023. 10. 25.

szerda












(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Kakaó isk	909,73	217,64	10,94	5,37	2,95	31,31	14,99	0,40		
	Vajkrém ízesített 25% zsírt.	361,15	86,40	2,00	8,00	5,20	1,60	1,00	0,36		
	Kornspitz	2 100,86	502,60	21,50	10,72	4,52	73,22	1,88	4,46		
	Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
	T	Kiwi	509,11	121,80	2,00	1,20	0,00	22,60	0,00	0,02	
	E	Karalábéleves K*	473,85	113,36	2,81	5,84	0,65	12,11	0,00	1,15	
		Zöldséges p.combragu K*	1 402,26	319,04	29,47	18,70	7,59	11,88	2,40	2,86	
		Petrezselymes rizsköret K*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00	
	U	Mandarin	391,96	93,77	1,40	0,60	0,00	19,60	0,00	0,01	
	V	Húsos kifli*K	2 453,85	587,05	26,81	20,37	7,31	73,63	1,53	0,67	
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Összesen:	10 328,07	2 454,41	105,54	77,65	29,02	324,62	21,80	10,99	





2023. 10. 25. szerda (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"											
E	Karalábéleves K*	473,85	113,36	2,81	5,84	0,65	12,11	0,00	1,15		
	Csülök pékné módra*K	1 641,93	392,81	8,38	9,98	1,14	65,74	0,00	2,01		
	Összesen:	2 115,78	506,17	11,19	15,82	1,79	77,85	0,00	3,16		
2023. 10. 26. 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	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Tojásos tonhalpástétom*K	398,62	95,36	7,02	7,14	1,96	17,96	0,00	0,13	   	
	Szel.Trap.sajt	466,32	111,56	8,31	8,43	5,35	0,48	0,00	0,72	 	
	Zsemle hosszú	0,00	0,00	0,00	0,00	- 2,00	0,00	0,00	0,00		
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
T	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
E	Zöldségleves K*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,57		
	Sárgarépas húspogácsa K*	1 896,19	453,63	21,68	31,73	9,56	19,57	0,18	1,23		





2023. 10. 26.  
csütörtök

(00541) "A" Gyermek(15-18 éves) Kollégium	E	Zöldbabfőzelék K*	1 066,47	255,14	8,55	11,91	3,12	27,78	1,01	0,83			
		Rozsos kenyér	506,49	121,17	3,30	0,40	0,05	25,00	0,25	0,75			
	U	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02			
	V	Kockasajt ízesített,félzs.17,5	430,11	102,90	5,76	7,86	5,13	2,46	2,13	0,45			
		Kifli, tejes	1 842,87	440,88	14,73	3,54	1,44	83,10	6,15	1,47			
		Paradicsom	91,56	21,90	1,00	0,20	0,04	4,00	0,00	0,02			
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Összesen:	8 791,01	2 103,10	90,08	88,02	27,74	245,76	19,39	7,75			
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Zöldségleves K*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,57		
			Húsos Káposzta K*	2 200,04	526,33	24,31	33,71	10,16	30,77	0,00	3,33		
		Összesen:	2 727,78	652,58	27,57	39,73	10,80	45,11	0,00	4,90			





2023. 10. 27.

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		
	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		
	Baromfi párizsi sajttal	384,56	92,00	6,65	7,90	2,55	0,47	0,25	0,99		
	Korpás Kenyér	2 140,16	512,00	18,83	2,59	0,66	100,58	2,62	2,22		
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
T	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
E	Tarhonyaleves K*	534,74	127,93	4,82	0,99	0,12	24,42	0,00	1,28		
	Borsos tokány K*	1 128,98	270,09	21,99	17,46	3,94	5,91	0,00	1,69		
	Tészta kör. szarvacska K*	1 745,51	417,58	15,00	7,11	1,04	72,90	0,00	0,91		
	Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
U	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
V	Félbarna kenyér	2 166,91	518,40	18,46	2,46	0,56	103,04	1,90	3,10		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
Összesen:		10 075,45	2 402,56	100,40	54,58	14,12	369,11	14,44	11,90		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

