



Tételes étlap 2022.10.31. - 2022.11.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 11. 02. szerda (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R Sertésmájkrém 65 g	640,00	153,11	8,84	9,60	3,30	3,89	0,00	1,22		
	Rozsos kenyér	1 215,59	290,81	7,92	0,96	0,12	60,00	0,60	1,80		
	Uborka(kígyó)	29,48	7,05	0,60	0,06	0,00	1,02	0,00	0,01		
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12		
	E Csirkebecsinált leves K*	881,02	210,77	13,36	10,69	1,51	14,66	0,05	0,72		
	Rizsfelfújt K*	2 327,97	556,93	15,84	9,53	3,35	101,40	26,47	0,46		
	Gyümölcsöntet K*	248,06	59,35	0,34	0,16	0,01	13,87	7,50	0,01		
	V Köményes sertéssült K*	1 091,23	261,06	25,30	17,18	4,31	0,99	0,00	2,22		
	Majonézes torna tub.70g.	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,02	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle kukoricás	1 635,22	391,20	13,56	2,80	0,60	75,86	2,06	1,86		
	Jégsaláta	13,56	3,24	0,24	0,01	0,00	4,04	0,00	0,00		
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	8 854,93	2 118,40	90,20	60,86	15,71	295,36	36,68	8,42		









2022. 11. 03.
csütörtök

(00541)
Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Főtt tojás K*	552,38	132,14	10,80	9,60	2,48	0,48	0,00	0,28		
	Zsemle magvas	2 387,62	571,20	23,44	14,88	3,42	82,96	2,24	4,24		
	Kápia paprika	32,76	7,83	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Körte	443,02	105,98	0,80	0,60	0,00	24,00	0,00	0,01	
		E	Tárkonyos zöldség leves K*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08
	Szárzabfőzelék K*		1 593,68	381,26	20,75	7,54	0,89	57,16	0,00	1,20	
	Vasi pecsenye K*		1 518,15	363,19	28,39	21,44	4,94	13,76	0,00	1,51	
	Korpás Kenyér		802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83	
	V	Szel.Trap.sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,71	0,96	0,00	1,45	
		Sonkaszalámi	181,83	43,50	5,60	1,40	0,55	2,15	0,25	1,40	
		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	





2022. 11. 03. csütörtök	(00541) Gyermek (15-18 éves)	V	Narancs	346,21	82,82	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01			
			Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,12		
			Összesen:	11 935,16	2 855,26	136,54	95,88	28,84	347,80	6,53	15,56			
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Tárkonyos zöldség leves K*	537,48	128,58	2,65	9,64	2,11	7,60	0,81	2,08	 		
			Rakott kelkáposzta K*	2 564,68	613,56	27,49	38,40	12,69	38,55	1,98	2,44	 		
			Összesen:	3 102,16	742,14	30,14	48,04	14,80	46,15	2,79	4,52			





2022. 11. 04.

péntek

(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Margarin Light	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Soproni felvágott	699,72	167,39	6,85	15,40	5,73	0,15	0,00	0,00		
	Tönköly kenyér	1 243,96	297,60	11,88	1,56	0,60	55,20	0,00	1,92		
	Jégcsap retek	24,36	5,82	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,05		
	Gyümölcslé 0,2-es 25%	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Banán	877,54	209,93	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
	E	Brokkolikrémleves K*	253,89	60,74	3,24	0,35	0,05	11,08	0,05	2,97	
		Rántott csirkemell szez.K*	1 674,12	400,51	31,32	18,00	2,21	27,85	0,00	1,70	
		Petrezselymes burgonya K*	1 393,95	333,48	7,63	6,18	0,71	60,29	0,00	1,51	
		Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10	
		Alma befőtt, hámozott darabolt	361,10	86,39	0,30	0,30	0,00	20,20	14,60	0,00	
	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:		7 997,63	1 913,29	72,06	56,76	11,77	266,97	15,36	9,76		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

