



Tételes étlap 2021.11.01. - 2021.11.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021.11.02. 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			
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24			
	Fininimo torrero szalámi	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Zsemle graham	2 415,20	577,80	20,74	4,78	1,56	102,78	1,22	2,26			
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
	<b>T</b> Zabpelyhes keksz	772,80	184,88	4,20	9,87	2,53	19,63	0,00	0,12			
	<b>E</b> Gulyásleves K*	1 463,12	350,03	13,31	23,94	6,20	19,53	0,00	1,39			
	Mákos Tészta K*	2 908,29	695,76	23,20	23,32	5,15	97,44	14,99	0,93			
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02			
	<b>V</b> Cigánypecsenye K*	3 610,07	863,65	19,38	85,12	31,41	3,78	0,00	3,39			
	Steak burgonya 250 g*	631,51	151,08	0,00	16,71	1,90	0,00	0,00	0,00			
	Uborka saláta K*	216,01	51,68	1,29	0,12	0,00	11,30	8,99	0,63			
	Összesen:		12 956,53	3 091,81	84,27	174,83	51,56	279,95	34,87	9,13		





2021.11.02. kedd (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"												
E	Gulyásleves K*	1 463,12	350,03	13,31	23,94	6,20	19,53	0,00	1,39			
	Pirog K*	2 541,11	607,92	26,91	22,44	6,26	73,84	0,02	1,95			
	Alma	29,08	6,96	0,08	0,08	0,00	1,40	0,00	0,00			
	Összesen:	4 033,31	964,91	40,30	46,46	12,46	94,77	0,02	3,34			
2021.11.03. szerda (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"												
R	Kakaó isk	996,54	92,81	10,94	5,37	2,95	36,30	19,98	0,40			
	Sertésmájkrém 65 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22			
	Rozsos kenyér	1 635,22	391,20	13,91	3,62	1,72	70,50	1,39	1,93			
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
T	Joghurt ital Real Nature	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
E	Erőleves K*	440,33	105,34	5,53	2,75	0,12	14,67	0,02	1,56			
	Vadas pulyka csíkok K*	1 700,40	406,79	25,03	20,32	6,16	30,19	9,98	2,51			
	Bulgur köret K*	1 932,06	462,21	13,57	10,78	1,32	83,79	0,01	3,00			
	Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00			





2021.11.03. szerda	(00541) Gyermek 15-18 éves	V	Köményes sertéssült K*	1 091,23	261,06	25,30	17,18	4,31	0,99	0,00	2,22		
			Kukoricás tojássaláta K*	1 585,39	379,28	13,74	11,69	4,85	54,16	4,95	8,04		
			Összesen:	10 993,81	2 484,48	122,87	90,03	26,14	330,19	36,33	20,89		
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Erőleves K*	440,33	105,34	5,53	2,75	0,12	14,67	0,02	1,56		
			Citromos halfilé K*	696,48	166,62	22,14	8,40	1,59	0,49	0,01	1,42		
			Kapormártás (friss)	1 430,80	327,74	14,65	10,71	3,17	46,34	3,58	3,21		
			Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
			Tejszelet	855,07	204,56	5,61	4,42	0,00	35,02	0,00	0,00		
		Összesen:	5 235,03	1 237,84	56,06	35,92	6,01	174,64	3,63	6,99			





2021.11.04.  
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	
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24	
	Főtt tojás ovi*	96,67	23,12	1,89	1,68	0,43	0,08	0,00	0,05	
	Zsemle magvas	2 387,62	571,20	23,44	14,88	3,42	82,96	2,24	4,24	
	Kápia paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
T	Körte	332,27	79,49	0,60	0,45	0,00	18,00	0,00	0,01	
E	Zöldségleves K*	527,74	126,25	3,26	6,02	0,64	14,34	0,00	1,57	 
	Debreceni karaj	1 198,71	286,77	20,86	22,21	5,65	0,51	0,00	0,97	
	Szárazbabfőzelék K*	1 593,68	381,26	20,75	7,54	0,89	57,16	0,00	1,20	
	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83	
V	Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31	
	Téliszalámi	1 296,64	310,20	13,80	28,20	11,40	0,30	0,30	2,70	  
	Szel.Trap.sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,72	0,96	0,00	1,46	 
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
	Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16	
Összesen:		12 654,46	3 027,36	130,48	115,01	38,40	354,18	24,84	15,90	





2021.11.04. csütörtök	2021.11.04. csütörtök	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)	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		
				Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
				Összesen:	3 530,34	844,58	34,63	40,70	11,05	82,83	0,98	5,73		
2021.11.05. péntek	2021.11.05. péntek	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		
				Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
				Sonkaszalámi	145,46	34,80	4,48	1,12	0,44	1,72	0,20	1,12		
				Tönköly kenyér	1 600,10	382,80	13,98	3,23	1,02	67,50	0,49	9,26		
				Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
			T	Kuglóf, kakaós	453,95	108,60	2,99	1,42	0,91	18,71	4,91	0,23		
			E	Gyümölcsleves K*	491,16	117,50	0,54	0,27	0,00	27,77	13,39	0,30		
				Rántott csirkemell szez.K*	1 674,12	400,51	31,32	18,00	2,21	27,85	0,00	1,70		
	Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98					





2021.11.05. péntek	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium	E	Őszibarackbefőtt, hámozott	220,22	52,68	0,30	0,00	0,00	12,72	8,40	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:	7 456,01	1 783,73	68,74	44,31	9,49	260,33	37,77	17,32	

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

