



Tételes étlap 2021.11.15. - 2021.11.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.11.15. 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		
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
	Tavaszi felvágott	310,99	74,40	3,76	6,12	1,76	1,12	0,20	0,88		
	Korpás Kenyér	1 605,12	384,00	14,12	1,94	0,49	75,43	1,96	1,66		
	Jégcsap retek	24,36	5,82	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,05		
	T Pizzás stangli	1 193,81	285,60	9,12	5,64	3,27	43,08	3,64	1,40		
	E Frankfurti leves K*	1 896,26	453,65	16,80	24,74	6,85	40,78	1,02	2,52	 	
	Darás metélt K*	2 659,35	636,21	17,41	10,89	1,40	116,36	18,69	1,15	 	
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	V Rántott csirkemell zabk. K*	1 540,70	368,59	30,94	14,07	1,89	29,12	0,00	2,19	 	
	Ínyenc saláta*K	2 628,22	628,76	10,73	11,51	6,13	22,08	12,60	1,95	 	
		Összesen:	12 765,58	3 053,96	105,03	85,80	24,60	353,14	47,78	12,21	





2021.11.16.

kedd

(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	
	Sajtkrém	239,09	57,20	1,52	4,80	3,12	2,00	2,00	0,60	
	Reszelt trapista sajt	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,04	0,00	0,00	0,00	
	Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54	
	Uborka(kígyó)	19,65	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01	
T	Omlós keksz	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00	
E	Kertészleves K*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34	
	Majorannás apróhús K*	1 107,42	264,93	20,84	18,83	4,19	2,67	0,00	1,81	
	Lencsefőzelék K*	1 675,54	400,85	23,03	8,42	0,74	57,75	4,00	1,28	
	Rozsos kenyér	817,61	195,60	6,95	1,81	0,86	35,25	0,70	0,97	
V	Ínyenc pástétom (kacsamájás) 4	0,00	0,00	0,00	0,00	- 2,00	0,00	0,00	0,00	
	Sós kalács 44 gr	1 820,82	435,60	14,28	4,32	1,41	80,67	6,03	4,68	
	Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02	
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Összesen:		9 804,26	2 199,92	97,01	61,67	20,65	339,17	63,28	12,65	





2021.11.16. kedd (00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Kertészleves K*	428,31	102,47	2,75	5,96	0,66	8,61	0,07	1,34	
		Rakott burg fkolbással K*	3 893,01	931,34	29,48	52,84	22,74	67,50	2,38	3,50	
		Összesen:	4 321,32	1 033,81	32,23	58,80	23,40	76,11	2,45	4,84	
2021.11.17. szerda (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	
		Zala felvágott	364,49	87,20	5,20	7,20	2,96	0,44	0,20	0,88	
		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	
	T	Aludttej poharas 2dl	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00	
	E	Májgaluska leves K*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56	
		Édes-savanyú csmell csíkok K*	852,35	195,70	25,70	5,86	0,79	11,57	4,35	0,94	
		Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80	





2021.11.17.
szerda

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	V	Minimargarin 20g	377,88	90,40	0,00	10,00	1,80	0,00	0,00	0,00			
		Minidzsem 25g-os, különféle	548,82	131,30	0,20	0,00	0,00	32,26	27,16	0,02			
		Szezámagos madárka	2 701,11	646,20	18,51	9,54	5,04	108,48	18,81	1,77			
		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			
		Összesen:	10 854,08	2 580,63	91,94	66,29	16,44	377,99	61,51	8,63			
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Májgaluska leves K*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56	 	
			Őszibarackos-sajtos Csmell F*	1 730,99	414,11	28,22	27,81	9,89	12,20	7,80	3,74	 	
			Párolt rizs K*	1 812,35	433,58	8,13	9,64	1,13	78,12	0,02	0,80		
			Összesen:	4 416,86	1 056,67	47,56	46,25	12,37	110,42	7,90	6,10		





2021.11.18.
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		
	Tojáskrém I*	210,92	50,46	2,77	3,97	1,04	0,43	0,00	0,42		
	Olivás stangli	2 077,46	497,00	14,92	6,72	4,48	81,48	6,34	2,14		
	Kápia paprika	32,76	7,83	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
T	Mandarin	293,97	70,32	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00		
E	Gombaleves K*	608,56	145,59	2,59	9,92	3,16	11,24	0,60	1,28		
	Sertés pörkölt K*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37		
	Zöldbabfőzelék K*	1 066,47	255,14	8,55	11,91	3,12	27,78	1,01	0,83		
	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
	Túró Rudi	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
	Paprikás szalámi	1 429,56	342,00	10,80	24,96	12,78	0,60	0,30	2,40		
	Margarin Light	639,54	153,00	0,00	15,00	4,20	0,00	0,00	0,36		
	Szel.Trap.sajt	932,65	223,12	16,62	16,86	10,71	0,96	0,00	1,45		
	Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31		
	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	Gyümölcslé 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
	Összesen:	12 786,32	3 058,91	108,26	132,14	48,70	315,56	25,15	13,54		





2021.11.19. péntek	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A" (00541)	R	Tej 3dl isk	608,58	0,00	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
			Vajkrém ízesített	361,15	86,40	2,00	8,00	5,20	1,60	1,00	0,36		
			kenyér teljes kiőrlésű, szel.	1 187,21	0,00	11,11	1,46	0,08	56,26	0,00	1,16		
			Póréhagyma	61,65	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,00		
		T	Tejberizs kis poharas 200g	919,60	220,00	6,60	5,00	3,40	36,60	25,00	0,56		
		E	Fokhagyma krémleves K*	781,74	187,02	4,70	9,13	1,79	20,82	0,50	2,28	 	
			Rántott sertésszelet K*	1 784,53	426,92	27,55	22,74	4,47	27,53	0,00	2,11	 	
			Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98		
			Pírtott zsemlekocka	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Savanyú káposzta	83,16	19,90	1,10	0,20	0,00	3,40	0,00	0,89		
		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:	8 018,32	1 488,65	77,92	61,33	19,48	257,52	27,21	12,02		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

