



Tételes étlap 2021.11.22. - 2021.11.28.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021.11.22. 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		
	Kenőmájas	219,03	52,40	4,64	3,36	1,08	1,56	0,28	0,65		
	Kornspitz	2 100,86	502,60	21,50	10,72	4,52	73,22	1,88	4,46		
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
	T Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
	E Legényfogó leves K*	926,44	221,64	16,12	11,54	3,03	12,95	0,40	1,18		
	Tejbedara szórattal K*	1 566,41	238,85	12,80	5,04	2,60	69,09	31,97	0,38		
	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	V Virslis kifli K*	2 890,45	691,49	31,30	29,48	8,60	75,49	1,21	3,13		
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Krémtúró vanillás	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04		
	Összesen:	10 492,30	2 374,23	106,01	81,36	32,92	307,66	54,35	11,97		





2021.11.23.

kedd

(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Karamellás tej F*	1 028,16	100,38	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40		
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
	Téliszalámi	864,42	206,80	9,20	18,80	7,60	0,20	0,20	1,80		
	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	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
E	Zabgaluskás leves K*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02		
	Bácskai rizseshús K*	3 142,51	751,80	25,74	38,32	10,17	75,09	0,01	1,98		
	Céklasaláta, csemege szeletelt	265,38	63,49	1,31	0,10	0,00	13,91	7,99	1,23		
V	Fonott kalács	1 810,78	433,20	12,56	5,84	3,72	72,36	12,07	4,19		
	Minimargarin 20g	188,94	45,20	0,00	5,00	0,90	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		
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
Összesen:		11 875,17	2 695,37	90,54	101,56	31,32	369,54	74,67	15,16		





2021.11.24.

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		
	Körözött túró házi isk*	243,73	58,31	5,32	3,06	1,97	2,29	1,36	0,44		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	1 187,22	0,00	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16		
	TV paprika	32,76	0,00	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
T	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
E	Zöldbableves K*	437,31	104,62	3,56	4,14	0,42	12,98	0,00	0,99		
	Bundázott halfilé K*	866,56	207,31	26,09	3,02	1,08	18,81	0,00	1,17		
	Tört burgonya K*	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	1,21		
V	Kalocsai Rúd	2 716,17	649,80	19,11	8,79	5,76	107,25	8,19	4,44		
	Sajt tömlős 50g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
	Összesen:	7 437,42	1 487,43	74,93	24,02	9,41	297,68	23,22	9,57		





2021.11.25.
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		
	Bécsi felvágott	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36		
	Karalábé	64,16	15,35	0,84	0,08	0,01	2,76	0,00	0,05		
T	Narancs	346,22	82,83	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
E	Gyümölcsleves K*	491,16	117,50	0,54	0,27	0,00	27,77	13,39	0,30	 	
	Tejszínes csirkemell kocka K*	1 265,73	302,81	28,35	16,89	5,17	8,99	0,01	1,23		
	Tészta köret Farfalle K*	1 814,09	433,99	17,00	9,64	1,44	69,29	0,00	1,19	 	
V	Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Sonkaszalámi	145,46	34,80	4,48	1,12	0,44	1,72	0,20	1,12		
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24		
	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89		
	Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02		
Összesen:		10 855,21	2 596,94	92,55	66,07	19,61	374,02	41,33	9,34		





2021.11.26.

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			
	Kakaós magyorkrém 20-30g	2 238,60	0,00	6,50	31,00	5,76	57,00	48,00	1,36	 		
	Kukoricás kenyér	1 630,20	390,00	13,62	1,70	0,46	77,92	2,00	2,10			
	Kockasajt natúr 200g 8cikk	206,91	49,50	2,75	3,75	2,45	1,18	1,03	0,23			
	T	Joghurt ital Real Nature	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Húsleves hús nélküli K**	264,98	63,39	2,89	0,62	0,04	11,26	0,01	1,21	 	
		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		
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
	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:		8 188,99	1 390,68	72,47	61,08	14,85	272,16	72,39	8,90			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

