



Tételes étlap 2022.01.31. - 2022.02.06.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.01.31. 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		
	Sertésmájkrém 65 g	737,91	176,53	8,84	13,86	4,71	3,89	0,00	1,22		
	Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Uborka(kígyó)	19,66	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	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E Pulykaraguleves mir. K*	1 060,54	253,72	16,47	12,86	2,70	17,66	0,02	1,69		
	Tejberizs K*	2 241,50	400,36	16,17	7,95	3,97	99,36	36,96	0,41		
	Gyümölcsöntet K*	496,11	118,69	0,68	0,31	0,01	27,74	14,99	0,01		
	V Kockasajt ízesített 140g 8cikk	430,11	102,90	5,76	7,86	5,13	2,46	2,13	0,45		
	Szezámragos 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		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	Piskótaszelet	397,10	95,00	1,20	3,30	1,50	15,10	9,40	0,16		
	Összesen:	9 778,86	2 203,55	81,80	57,51	23,54	356,61	93,48	7,41		





2022.02.01.

kedd

(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		
	Sonkaszalámi	145,46	34,80	4,48	1,12	0,44	1,72	0,20	1,12		
	Zsemle rozsos	2 120,10	507,20	17,50	2,80	0,82	98,56	1,74	2,36		
	Paradicsom	137,34	32,86	1,50	0,30	0,06	6,00	0,00	0,02		
	T	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02	
	E	Karfiollevés K*	459,60	109,95	3,28	6,08	0,66	10,29	0,00	1,20	
		Bolognai Spagetti K*	3 202,34	733,25	34,83	36,51	11,92	73,64	0,00	3,11	
		Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01	
	V	Kalács kakaós	2 188,23	523,50	17,49	7,92	5,07	81,75	5,31	1,28	
		Minimargarin 20g	566,82	135,60	0,00	15,00	2,70	0,00	0,00	0,00	
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11	
	Összesen:		10 954,86	2 587,92	84,95	81,18	24,48	360,35	16,92	9,62	





















2022.02.01. kedd															
2022.02.01. szombat	2022.02.01. szombat	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)	E	Karfiolleves K*	459,60	109,95	3,28	6,08	0,66	10,29	0,00	1,20			
			Töltött csirkecomb K*	2 520,78	603,05	58,36	32,72	6,09	17,66	0,33	2,48				
			Piritott burgonya K*	1 918,62	459,00	10,00	10,08	1,16	80,00	0,00	1,22				
			Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01				
			Összesen:	5 158,66	1 234,12	72,54	49,18	7,91	120,70	0,33	4,91				
2022.02.02. szerda	2022.02.02. szerda	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A" (00541)	R	Kakaó isk	996,54	92,81	10,94	5,37	2,95	36,30	19,98	0,40			
			Sajtkrém	239,10	57,20	1,52	4,80	3,12	2,00	2,00	0,60				
			Szel.Trap.sajt	621,77	148,75	11,08	11,24	7,14	0,64	0,00	0,97				
			Kornspitz	1 050,43	251,30	10,75	5,36	2,26	36,61	0,94	2,23				
			Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00				
			T	Gesztenye Marci	1 245,64	298,00	3,80	10,50	9,30	46,70	29,00	0,02			
			E	Lebbencsleves K*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65			





2022.02.02.

szerda

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Eszterházy csirkeragu K*	1 030,30	246,48	26,52	12,32	3,36	6,93	0,99	2,33	    		
		Bulgur köret K*	1 932,06	462,21	13,57	10,78	1,32	83,79	0,01	3,00			
		Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11			
	V	Vajkrém natur	541,73	129,60	3,00	12,00	7,80	2,40	1,50	0,54			
		Téliszalámi	1 296,64	310,20	13,80	28,20	11,40	0,30	0,30	2,70	  		
		Zsemle	2 180,46	521,64	18,75	2,43	0,69	102,81	2,25	2,31			
		Jégcsap retek	36,54	8,74	0,72	0,06	0,00	1,32	0,00	0,09			
		Gyümölcsle 0,2- es 100%	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
		Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00			
		Összesen:	13 073,18	2 981,95	122,40	111,41	49,97	405,21	60,97	16,95			
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Lebbencsleves K*	651,95	155,97	3,75	5,23	0,62	23,00	0,00	1,65	 	
			Rakott keltáposzta K*	2 564,68	613,56	27,49	38,40	12,69	38,55	1,98	2,44	 	
			Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
			Összesen:	4 094,17	979,47	33,84	43,83	13,31	109,95	1,98	4,20		





2022.02.03.
csütörtök

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

R	Vaniliás tej 2 dl ovi*	608,63	48,54	6,82	3,00	1,63	22,64	6,99	0,27			
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24			
	Paprikás szalámi	953,04	228,00	7,20	16,64	8,52	0,40	0,20	1,60			
	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	0,00	0,00	0,00	0,00		
	E	Húsgombóclevés K*	843,18	201,72	6,09	15,50	3,17	9,16	0,02	1,24		
		Vasi pecsenye K*	1 518,40	351,12	28,39	21,44	4,94	13,76	0,00	1,51		
		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	Panírozott zöldségburger	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Majonéz vödrös	354,46	84,80	0,13	9,32	1,20	0,00	0,00	0,02		
		Zsemle kukoricás	2 452,83	586,80	20,34	4,20	0,90	113,79	3,09	2,79		
		Jégsaláta	22,60	5,41	0,40	0,02	0,00	6,74	0,00	0,01		
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00		
	Összesen:	12 317,67	2 829,78	119,45	93,98	25,86	380,05	12,50	11,97			





2022.02.03. csütörtök		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)									
E	Húsgombóclevés K*	843,18	201,72	6,09	15,50	3,17	9,16	0,02	1,24		
	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:	3 845,78	920,05	37,46	50,18	13,58	77,65	1,00	5,40		
2022.02.04. 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		
	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		
	Kukoricás kenyér	1 630,20	390,00	13,62	1,70	0,46	77,92	2,00	2,10		
T	Sajtos rúd 60 gr	1 437,92	344,00	6,27	11,83	8,31	31,29	0,62	1,96		
E	Zöldborsólevés K*	778,05	186,14	6,60	8,34	0,92	20,73	0,02	0,93		
	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		
	Vegyes friss saláta K*	277,06	66,28	1,61	0,22	0,03	14,18	7,99	0,29		





2022.02.04	(00541) Gyermek Élelmiszer	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:	9 144,33	2 187,64	74,27	60,32	15,84	307,41	48,17	11,41	

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

