



Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 02. 03. hétfő (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	9,66	0,16		
	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Szel.Trap.sajt	777,21	185,94	13,85	14,05	8,93	0,80	0,00	1,21		
	Graham kenyér	1 325,06	317,00	14,33	2,11	0,56	53,78	0,86	1,49		
	T Alma	290,83	69,58	0,80	0,80	0,00	14,00	0,00	0,02		
	E Mustáros pulykaragu leves K*	1 197,54	286,49	19,15	16,26	4,44	15,27	0,66	1,20		
	Tejberizs K*	1 854,98	443,77	14,32	5,78	2,97	83,33	21,98	0,39		
	Vegyes gyüm.márt. K*	952,83	227,95	1,90	0,93	0,01	51,86	20,06	0,03		
	U Grissini	1 051,48	251,55	5,99	7,00	3,78	31,88	3,21	1,85		
	V Grill fűszeres tarja K*	2 449,60	586,03	14,60	57,90	18,83	0,94	0,00	0,13		
	Tört burgonya féladag K*	537,03	128,48	3,75	0,30	0,03	27,60	0,00	1,49		
	Majonézes kukoricasaláta K*	1 462,56	349,89	5,47	24,24	5,13	26,84	3,08	0,08		
	Összesen:		12 909,53	3 088,41	105,29	138,92	48,53	332,53	59,51	8,57	





2025. 02. 04.

kedd

(00541)

Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"

R	Karamellás tej K*	1 025,26	245,28	10,20	4,50	2,44	40,88	24,98	0,40		
	Túrókrém snidlinges K*	296,83	71,01	6,80	4,01	2,63	1,83	1,81	0,26	 	
	Zsemle kukoricás	1 635,22	391,20	13,56	2,80	0,60	75,86	2,06	1,86	 	
	Uborka(kígyó)	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
T	Túró desszert 23g	458,89	109,78	4,20	5,40	0,00	10,20	0,00	0,00		
E	Csirkebecsinált leves K*	960,54	229,79	13,82	10,73	1,51	18,85	0,05	0,72	 	
	Tojásfasirt K*	934,58	223,58	9,39	9,94	1,86	23,56	0,30	1,96	 	
	Parajfőzelék K*	1 048,26	250,78	11,55	12,31	2,06	23,21	0,00	0,87	 	
	Tönköly kenyér	621,98	148,80	5,94	0,78	0,30	27,60	0,00	0,96	 	
U	Banán	877,54	209,94	2,60	0,20	0,00	48,40	0,00	0,11		
V	Póréhagymás-jogh. cs.mell K*	1 726,52	413,04	33,65	5,39	2,41	8,34	4,80	1,42	 	
	Bulgur saláta K*	1 850,61	442,73	12,95	10,80	1,35	78,92	0,00	0,55		
Összesen:		11 455,89	2 740,63	125,06	66,90	15,16	358,33	34,00	9,12		





2025. 02. 04. kedd		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B" (00542)											
E	Csirkebecsinált leves K*	960,54	229,79	13,82	10,73	1,51	18,85	0,05	0,72				
	Rántott csirkecomb. K*	2 422,21	268,18	54,66	27,89	5,03	26,76	0,00	2,47				
	Hagymás törtburgonya K*	1 224,32	292,90	7,85	0,66	0,09	62,41	0,01	1,02				
	Összesen:	4 607,07	790,87	76,33	39,28	6,63	108,02	0,06	4,21				
2025. 02. 05. szerda	Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A" (00541)	R	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	9,66	0,16		
		Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40			
		Főtt virsli K*	1 133,62	271,20	14,40	24,00	7,20	0,12	0,00	2,28			
		Mustár vödrös	141,46	33,84	1,14	1,28	0,00	4,40	0,00	0,38			
		Ketchup	90,72	21,70	0,42	0,08	0,00	4,80	2,80	0,43			
		Kenyér teljes kiőrlésű, szel.	970,41	232,16	9,26	1,22	0,07	46,89	0,00	0,97			
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
	T	Kiwi	381,83	91,35	1,50	0,90	0,00	16,95	0,00	0,02			





2025. 02. 05.
szerda

(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Reszelttésztales K*	663,23	158,67	5,35	5,92	0,67	20,80	0,05	3,21				
		Zöldborsós pulyka ragu K*	1 200,60	287,22	23,39	17,58	4,28	8,43	0,13	1,45				
		Petrezselymes rizsköret K*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00				
	U	Mandarin	293,97	70,33	1,05	0,45	0,00	14,70	0,00	0,00				
	V	Kakaó	993,64	237,71	11,04	5,10	2,71	36,24	20,01	0,49				
		Sonkás-magos fonottka K*	3 915,90	936,82	36,80	32,60	12,55	123,90	5,33	3,54				
		Összesen:	12 320,17	2 947,41	124,01	100,57	30,75	382,85	37,98	14,34				
(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Reszelttésztales K*	663,23	158,67	5,35	5,92	0,67	20,80	0,05	3,21				
		Dubarry sertésborda K*	2 041,21	488,33	36,51	30,38	11,16	17,06	0,00	2,76				
		Petrezselymes rizsköret K*	1 700,94	406,92	8,13	6,81	0,80	77,79	0,00	1,00				
		Összesen:	4 405,38	1 053,92	49,99	43,11	12,63	115,65	0,05	6,97				





2025. 02. 06.
csütörtök

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

R	Tea Instant I*	191,55	45,83	0,93	0,05	0,01	10,33	9,66	0,16		
	Tej 3dl isk	605,68	144,90	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
	Párizsi sajtos, baromfi	501,06	119,87	6,50	9,50	3,52	1,95	0,00	0,97		
	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	Joghurt ital 100g 1% zsírt.	313,50	75,00	2,80	0,80	0,50	13,20	12,80	0,10	
	E	Magyaros gombaleves K*	825,46	197,48	6,91	12,30	1,53	15,61	0,41	2,14	
		Gyros fűsz. csirke hús K*	898,91	215,05	27,71	10,57	1,39	2,01	0,00	0,70	
		Burgonyapüré K*	1 569,76	375,54	9,72	10,16	4,68	60,29	0,00	0,95	
		Trópusi befőtt	368,09	88,06	0,47	0,14	0,00	20,78	12,40	0,01	
	U	Pogácsa vajas	1 730,52	414,00	7,77	12,30	5,66	52,15	14,82	0,89	
	V	Hamburger(jégsaláta, uborka)*K	7 491,05	1 775,90	64,60	72,60	19,77	199,28	16,58	9,42	
		Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Összesen:	17 156,72	4 080,43	158,83	142,82	42,46	495,48	67,89	18,12		





2025. 02. 07. péntek (00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	R	Tejeskávés *K	750,54	179,56	6,86	3,00	1,63	31,18	19,98	0,27		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	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		
		Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	T	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	E	Fokhagyma krémleves K*	781,74	187,02	4,70	9,13	1,79	20,82	0,50	1,79		
		Levesgyöngy	230,04	55,03	0,84	3,81	0,46	4,28	0,00	0,10		
		Csikós tokány K *	1 864,55	446,06	21,01	37,15	11,30	7,63	0,72	2,35		
		Tészta köret Farfalle K*	1 814,09	433,99	17,00	9,64	1,44	69,29	0,00	1,19		
		Káposztasaláta K*	237,13	56,73	1,84	0,25	0,03	11,42	5,00	0,53		
	U	Narancs	259,66	62,12	0,90	0,30	0,00	12,75	0,00	0,01		
	V	Félbarna kenyér	1 354,32	324,00	11,54	1,54	0,35	64,40	1,19	1,94		
		Margarin, csészés 32% zsírt.	213,18	51,00	0,00	5,00	1,40	0,00	0,00	0,12		
		Összesen:	10 928,15	2 614,37	99,93	100,02	25,71	318,12	29,63	12,96		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
diétetikus

.....
Gazdaságvezető

