



Tételes étlap 2022.02.21. - 2022.02.27.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022.02.21. 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		
	Csirkemell sonka	140,44	33,60	7,40	0,32	0,08	0,32	0,16	1,04		
	Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Kaliforniai paprika	51,60	12,34	0,39	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
	T Teljes kiörlésű túrós szívecsk	1 337,60	320,00	10,33	7,22	4,18	47,01	13,36	0,61		
	E Tarhonyaleves K*	534,74	127,93	4,82	0,99	0,12	24,42	0,00	1,28		
	Chilis bab K*	2 751,21	630,80	28,23	36,62	10,07	53,11	0,00	5,68		
	Magvas kenyér	807,58	193,20	7,04	1,51	0,32	36,67	0,87	1,13		
	V Brassói aprópecsenye K*	4 272,19	1 022,05	36,53	59,87	15,52	81,53	0,00	1,77		
	Pirított burgonya K*	1 918,62	459,00	10,00	10,08	1,16	80,00	0,00	1,22		
	Céklás vitamin saláta K*	185,52	44,38	1,12	0,22	0,01	9,09	2,50	2,16		
		Összesen:	14 069,08	3 338,41	119,23	128,62	34,74	413,39	28,06	16,82	





2022.02.22.

kedd

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

R	Tej 3dl	608,58	0,00	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40		
	Szel.trapp. 125g	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,04	0,00	0,00	0,00		
	Minivaj 20g-os	1 243,96	297,60	0,24	32,80	22,64	0,40	0,40	0,02		
	kenyér teljes kiőrlésű, szel.	1 187,22	0,00	11,11	1,46	0,09	56,26	0,00	1,16		
	Jégcsap retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
T	Croissant(csokis)	1 444,61	345,60	8,63	7,73	2,41	53,53	14,14	0,65	 	
E	Májgaluska leves K*	873,52	208,98	11,21	8,80	1,35	20,10	0,08	1,56	 	
	Krumplis tészta K*	2 339,36	559,65	16,82	13,84	1,78	90,84	0,00	1,96	 	
	Csemege uborka	57,54	13,77	0,60	0,10	0,00	2,60	0,00	2,40		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
V	Hortobágyi palacsinta K*	276 716,00	62 803,00	2 769,00	4 418,00	1 346,00	3 747,00	116,00	131,00	 	
	Összesen:	284 713,27	64 286,61	2 828,89	4487,87	1 376,67	3 998,01	130,62	139,23		
















2022.02.22. kedd (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		
	Lasagne K*	4 696,29	983,89	53,48	52,80	20,75	107,83	0,04	6,48		
	Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02		
	Összesen:	5 787,93	1 245,05	65,29	62,20	22,10	138,43	0,12	8,06		
2022.02.23. 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	541,13	129,46	8,56	9,05	4,55	3,27	2,14	1,11		
	Kifli, korpás	1 362,68	326,00	11,40	2,16	0,94	61,98	3,76	1,80		
	Uborka(kígyó)	19,65	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
T	Aludttej poharas 2dl	0,00	0,00	0,00	0,00	- 1,00	0,00	0,00	0,00		
E	Fahéjas szilvaleves K*	700,57	167,60	1,05	0,03	0,00	39,57	18,16	0,11		
	Pulykarizottó K*	2 626,40	628,33	36,09	23,55	6,90	67,08	0,00	2,33		
	Zöld saláta K*	139,44	33,36	1,77	0,28	0,04	11,64	0,00	0,24		
	Ezersziget jogh. öntet K*	239,39	57,27	1,31	4,76	2,91	2,10	1,16	0,07		





2022.02.23. szerda	(00541) Gyermek (15-18 éves)	V	Töki pompos langaló K*	4 317,56	1 011,07	33,78	56,51	27,20	87,79	3,79	3,39	  		
			Ásványvíz0,5 *	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	10 136,40	2 403,14	95,23	96,43	41,55	284,40	38,68	9,21			
	(00542) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"	E	Fahéjas szilvaleves K*	700,57	167,60	1,05	0,03	0,00	39,57	18,16	0,11	0,11	     	
			Sonkás raguval t. szelet K*	1 857,21	444,31	31,12	25,18	5,41	22,86	0,16	2,43	2,43	 	
			Burgonya petrezselymes K*	1 204,93	288,26	6,86	4,26	0,49	54,25	0,00	2,98	2,98		
			Összesen:	3 762,71	900,17	39,03	29,47	5,90	116,68	18,32	5,52			


















2022.02.24.
csütörtök

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

R	Epres tej O*	405,72	0,00	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27			
	Margarin Light	426,36	102,00	0,00	10,00	2,80	0,00	0,00	0,24			
	Párizsi sajtos	400,84	95,89	5,20	7,60	2,81	1,56	0,00	0,77			
	Félbarna kenyér	1 625,18	388,80	13,84	1,84	0,42	77,28	1,42	2,32			
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,01	1,60	0,00	0,00			
	T	Narancs	346,21	82,82	1,20	0,40	0,00	17,00	0,00	0,01		
	E	Karalábéleves K*	473,85	113,36	2,81	5,84	0,65	12,11	0,00	1,15		
		Sertés pörkölt K*	1 542,06	368,91	18,40	30,58	9,26	4,55	0,00	1,37		
		Tökfőzelék K*	993,48	237,68	5,53	11,43	3,10	27,49	1,99	1,08		
		Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
		Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	V	Panírozott pulyka korong 750g	0,00	0,00	0,00	0,00	- 0,12	0,00	0,00	0,00		
		Jégsaláta	4,52	1,08	0,08	0,00	0,00	1,34	0,00	0,00		
		Majonéz vödörös	3 544,55	847,98	1,29	93,16	11,97	0,04	0,00	0,20		
		Gyümölcslé 0,2-es 50%	426,72	102,09	0,54	0,00	0,00	25,40	0,00	0,00		
		Mandarin	156,78	37,50	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
		Zsemle	1 453,64	347,76	12,50	1,62	0,46	68,54	1,50	1,54		
	Összesen:		12 959,97	3 003,40	77,41	169,56	33,24	304,67	9,89	9,78		





2022.02.24. csütörtök (00542)		Gyermek(15-18 éves) Kollégium "B"									
E	Karalábéleves K*	473,85	113,36	2,81	5,84	0,65	12,11	0,00	1,15	 	
	Köményes sertéssült K*	1 091,23	261,06	25,30	17,18	4,31	0,99	0,00	2,22		
	Hagynás törtve bab K*	2 419,91	578,93	27,45	19,97	2,34	71,73	0,02	1,51		
	Korpás Kenyér	802,56	192,00	7,06	0,97	0,25	37,72	0,98	0,83		
	Múzliszelet	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00		
	Összesen:	5 108,43	1 222,12	63,82	46,76	7,55	134,15	5,00	5,71		
2022.02.25. 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		
	Tojáskrém I*	210,92	50,46	2,77	3,97	1,04	0,43	0,00	0,42	  	
	Kornspitz	2 100,86	502,60	21,50	10,72	4,52	73,22	1,88	4,46		
	Sárgarépa friss	67,25	16,09	0,48	0,08	0,01	3,24	0,00	0,13		
T	Krémtúró vanilliás	795,73	190,37	10,91	8,90	4,77	16,09	8,32	0,04	 	
E	Zabgaluskás leves K*	506,76	121,23	5,11	2,30	0,27	19,73	0,02	1,02	 	





2022.02.25. péntek	(00541) Gyermek(15-18 éves) Kollégium "A"	E	Halfilé kukoricás bundában K*	1 589,24	372,92	32,26	7,01	1,67	46,65	0,00	2,23		
			Zelleres Burgonyap. K*	1 285,45	268,70	8,88	6,84	2,09	51,24	0,02	2,04		
		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:	7 771,56	1 813,12	89,70	45,79	15,99	259,53	20,62	11,77			

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

