



Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/13/2026 hétfő	(00141) Kollégium	R	Margarin (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20		
			Kakaó*	828.07	197.87	10.22	4.52	2.46	28.90	12.99	0.40		
			Csemege szalámi	91.80	21.96	0.92	1.43	0.48	0.12	7.44	0.12		
			Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57		
			Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00		
		E	Csontleves tésztabetéttel *	352.27	84.23	2.22	4.67	0.56	8.17	0.52	0.34		
			Budapest ragu *	1 387.25	331.34	19.91	25.42	7.25	5.41	0.17	0.37		
			Tarhonya köret*	1 564.81	373.86	12.00	10.15	1.34	58.32	0.08	0.79		
			Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98		
		V	Rántott csirkemell *	1 318.44	315.04	29.26	11.59	1.66	23.14	0.05	0.61		
	Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98				
	Burgonyapüré pehelyből *	66.91	15.99	0.91	0.36	0.19	2.24	0.00	0.06				
	Összesen:		6 723.28	1 606.72	81.94	72.92	17.94	153.99	23.17	9.42			
4/14/2026 kedd	(00141) Kollégium	R	Tejeskávé *	878.81	210.00	10.30	4.50	2.45	31.89	14.99	0.41		
			Pogácsa sajtos	728.00	174.16	4.30	7.85	3.75	21.10	0.80	0.40		
			Löncskrém *	356.77	85.30	2.82	7.95	2.58	0.52	0.15	0.61		





4/14/2026 kedd	(00141) Kollégium	R	Kápia paprika	65.52	15.65	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.01	
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
		E	Lebbencsleves *	881.58	210.85	4.92	7.12	1.58	31.17	1.31	0.45	
			Főtt, füstölt s.comb*	1 538.04	367.36	17.20	33.00	13.16	0.10	0.00	5.08	
			Szárazbabfőzelék *	1 577.95	377.03	17.99	11.77	2.15	49.44	0.12	0.32	
			Kenyer**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	
			Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01	
		V	Milánói makaróni *	3 818.77	912.46	40.66	42.20	14.52	101.00	4.20	3.13	
	Összesen:	11 245.61	2 687.78	110.43	116.87	40.79	300.66	29.28	11.99			
4/15/2026 szerda	(00141) Kollégium	R	Citromos tea *	172.55	41.28	0.01	0.00	0.00	10.18	9.99	0.00	
			Párizsi, sertés	712.99	170.30	9.52	14.56	5.50	0.16	0.00	1.82	
			Margarin (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20	
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04	
			Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00	
			Sajtkrém házi *	298.80	71.40	1.35	7.24	2.49	0.15	0.11	0.26	
		E	Zellerkrémleves *	565.39	135.19	4.80	2.14	0.91	23.38	0.54	0.25	
			Rántott sertésszelet *	1 526.71	364.79	25.62	18.89	4.32	22.75	0.06	0.68	
			Kukoricás rizs *	1 708.84	408.81	6.77	10.15	1.56	72.12	0.53	0.30	





4/15/2026 szerda	(00141) Kollégium	E	Svanyú	38.13	9.12	0.78	0.08	0.02	1.32	0.00	2.38			
		V	Rakott zöldbab*	2 475.84	592.03	22.42	30.49	10.22	55.99	1.60	0.63			
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53			
			Összesen:	9 350.75	2 235.86	83.15	99.63	29.42	244.57	14.67	8.09			
4/16/2026 csütörtök	(00141) Kollégium	R	gyümölcsstea	110.54	26.45	0.00	0.00	0.00	6.58	6.58	0.00			
			Kőrözött túró házi *	140.39	33.55	2.82	1.93	1.04	1.20	0.20	0.06			
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04			
			Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00			
			Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71			
			Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29			
		E	Tavaszi z.borsóleves galusk.*	860.99	205.81	7.01	8.46	1.52	24.98	0.44	0.25			
			Húsroló *	1 380.53	329.85	15.69	27.56	7.91	4.47	0.05	0.29			
			Burgonya főzelék	1 263.16	301.65	8.32	9.13	1.61	45.78	1.20	0.30			
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53			
		V	Gyümölcsrizs	1 593.71	381.03	13.55	5.90	2.84	68.04	11.82	0.45			
	Összesen:	7 350.89	1 757.18	65.74	59.19	18.03	235.59	23.79	3.92					
4/17/2026 péntek	(00141) Kollégium	E	Májgaluska leves *	372.97	89.12	8.42	2.02	0.62	9.11	0.54	0.38			
			Sajtos-tejfölös tészta *	2 417.42	577.70	22.06	30.35	12.12	53.57	2.34	2.71			





4/17/2026 péntek (00141) Kollégium	E	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01	
	V	Felvágott klf. szendvics	1 594.84	381.34	8.20	37.98	11.24	1.30	0.20	1.66	
		Gyümölcsital 2 dl	42.49	10.17	0.03	0.00	0.00	2.50	2.50	0.00	
		Gabonás keksz kakaós	1 972.96	472.00	8.80	20.00	9.50	61.00	6.02	0.55	
		Összesen:	6 546.09	1 565.12	47.91	90.75	33.48	134.48	17.55	5.31	

