



Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/20/2026 hétfő	(00141) Kollégium	E Brokkolikrémleves *	502.90	120.24	4.34	6.35	1.30	11.15	0.36	0.24		
		Babérlev.-tejfölös pu.tokány *	1 044.85	249.70	19.45	16.71	4.44	5.11	0.39	0.30		
		Tészta köret *	1 736.67	414.91	14.72	11.22	1.47	63.44	0.00	2.24		
		V Natúr sertésszelet	1 069.38	255.53	21.98	15.63	3.77	6.50	0.00	0.51		
		Burgonya köret petr. *	1 160.36	277.60	6.34	5.15	0.59	50.20	2.00	0.15		
		Párolt lilakáposzta *	759.81	181.77	2.98	9.64	1.11	20.28	9.99	0.03		
		Összesen:	6 273.97	1 499.75	69.81	64.70	12.68	156.68	12.74	3.47		
4/21/2026 kedd	(00141) Kollégium	R Tej *	608.58	145.36	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40		
		sonkakrém házi *	272.60	65.11	2.77	5.90	1.64	0.18	0.15	0.20		
		Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00		
		Kockasajt db**18%	162.29	38.83	2.40	2.90	1.91	0.74	0.74	0.29		
		E Paradicsom leves *	830.29	198.60	3.19	7.02	0.79	30.37	15.04	0.20		
		Fokhagymás halfilé*	893.07	213.37	25.50	8.84	1.77	7.91	0.00	0.26		
		Gombás rizs*	1 826.56	436.98	7.82	11.86	1.79	74.21	0.59	0.50		
		Káposzta saláta sav.	134.63	32.16	1.60	0.20	0.03	5.70	0.00	0.00		





4/21/2026 kedd	(00141) Kollégium	V	Rizseshús *	2 944.38	704.02	22.32	31.41	8.79	82.24	0.53	0.36	
			Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98	
			Összesen:	8 575.32	2 050.43	84.45	74.33	19.67	254.90	17.31	6.23	
4/22/2026 szerda	(00141) Kollégium	R	gyümölcstea	110.54	26.45	0.00	0.00	0.00	6.58	6.58	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	
			Miniméz 20 g.	273.50	65.43	0.08	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00	
		E	Daragaluska leves *	512.53	122.49	3.36	3.86	0.59	18.34	0.54	0.21	
			Sertés pörkölt *	1 545.50	369.27	18.02	31.39	9.36	3.31	0.00	0.22	
			Zöldborsófőzelék *	914.93	218.74	11.01	6.15	1.10	29.40	0.00	0.11	
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	
		V	Rakott kelkáposzta *	2 491.54	595.72	26.15	36.26	12.86	40.62	2.42	0.67	
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	
			Összesen:	8 851.85	2 116.32	84.02	108.62	33.93	194.53	29.08	5.33	





4/23/2026 csütörtök	(00141) Kollégium	R	Tejeskávé *	878.81	210.00	10.30	4.50	2.45	31.89	14.99	0.41		
			Tojáskrém házi *	417.78	99.79	2.85	9.50	2.53	0.61	0.41	0.17		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
			Jégcsapretek	47.20	11.29	0.88	0.08	0.02	2.10	0.00	0.03		
			Felvágott(Zala, Kópé)**	819.50	195.74	12.48	15.92	5.82	0.48	0.00	2.00		
			Margarin (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20		
		E	Magyaros karfiolleves 15-18 *	490.05	117.24	3.83	6.08	0.68	11.57	0.84	0.23		
			Sült csirkecomb *	1 013.90	242.22	31.37	12.50	2.51	0.89	0.54	0.36		
			Zöldséges törökrizs*	1 972.99	471.45	15.04	12.43	1.18	80.02	0.00	0.09		
			Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98		
V	Serpenyősburg.kolbásszal*	1 299.85	310.97	7.61	7.37	1.50	52.25	2.00	0.34				
	Kenyer**	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	1.05				
	Káposzta saláta sav.	134.63	32.16	1.60	0.20	0.03	5.70	0.00	0.00				
	Összesen:	9 347.17	2 234.51	101.85	84.84	21.27	264.68	22.12	8.90				
4/24/2026 péntek	(00141) Kollégium	R	Tej *	608.58	145.36	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40		
			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		





4/24/2026 péntek (00141) Kollégium	E	Székelygulyás	1 407.98	336.48	13.10	28.71	8.39	5.99	0.76	1.13		
		Darásmetélt ízzel	3 189.32	762.77	14.01	20.16	2.39	130.40	43.52	0.23		
		Kenyér**	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	1.05		
	V	Gabonás keksz kakaós	1 972.96	472.00	8.80	20.00	9.50	61.00	6.02	0.55		
		Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
		Gyümölcsital 2 dl	42.49	10.17	0.03	0.00	0.00	2.50	2.50	0.00		
		Croissant sajtos	1 404.98	336.12	12.10	19.20	10.09	29.77	0.63	1.02		
	Összesen:		11 062.03	2 645.61	74.52	109.37	37.33	332.48	62.72	5.63		

