



Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/11/2026 hétfő (00141) Kollégium	R Kenőmájaskrém *	145.49	34.75	0.17	3.76	1.05	0.03	0.00	0.07		
	Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00		
	Tejeskávé *	878.81	210.00	10.30	4.50	2.45	31.89	14.99	0.41		
	Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
	Sajtkrém házi *	298.80	71.40	1.35	7.24	2.49	0.15	0.11	0.26		
	E Tarhonyaleves *	1 008.40	241.09	7.49	6.79	1.93	36.97	1.93	0.53		
	Sertés pörkölt *	1 545.50	369.27	18.02	31.39	9.36	3.31	0.00	0.22		
	Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
	Tökfőzelék *	936.56	223.85	6.30	11.35	2.92	23.91	0.59	0.42		
	Kenyer**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53		
	V Bakonyi tokány *	2 033.18	484.35	20.20	41.08	13.71	8.36	1.17	0.44		
Tészta köret *	1 736.67	414.91	14.72	11.22	1.47	63.44	0.00	2.24			
	Összesen:	10 049.10	2 400.26	90.79	119.81	35.98	233.50	26.50	6.17		
5/12/2026 kedd (00141) Kollégium	R Pogácsa sajtos	728.00	174.16	4.30	7.85	3.75	21.10	0.80	0.40		
	Párizsi, sertés	712.99	170.30	9.52	14.56	5.50	0.16	0.00	1.82		
	Zöldpaprika**	65.52	15.67	0.96	0.24	0.00	2.40	0.00	0.00		





5/12/2026 kedd	(00141) Kollégium	R	Margarin (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20		
			Tej *	608.58	145.36	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		E	Csirkemell gyros *	952.27	227.58	32.12	10.59	1.39	0.75	0.40	0.44		
			Török rizs*	1 391.77	332.49	10.45	5.77	0.73	64.49	0.00	0.53		
			Amerikai káposztasaláta *	659.26	157.72	3.91	8.27	3.69	16.27	6.00	0.33		
			Magyaros karfiolleves 15 -18 *	490.05	117.24	3.83	6.08	0.68	11.57	0.84	0.23		
		V	Sertés pörkölt *	1 545.50	369.27	18.02	31.39	9.36	3.31	0.00	0.22		
			Fejes saláta	1 032.99	49.01	17.54	3.75	0.00	35.05	9.99	0.05		
			Burgonya köret petr. *	1 160.36	277.60	6.34	5.15	0.59	50.20	2.00	0.15		
Összesen:				10 694.45	2 358.69	124.11	113.67	32.41	255.92	20.37	5.81		
5/13/2026 szerda	(00141) Kollégium	R	Főtt virsli	1 014.72	242.38	12.71	20.04	7.67	2.60	2.40	2.50		
			Mustár**	91.12	21.80	0.90	1.00	0.06	2.00	2.90	0.00		
			Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
			Újhagymás túrókrém	97.30	23.26	1.80	1.50	0.81	0.63	0.21	0.06		
		E	Húsleves*	215.52	51.56	1.79	0.24	0.02	10.34	0.64	0.30		
			Főtt sertéshús *	1 202.46	287.20	17.50	23.90	8.52	0.30	0.00	0.17		





5/13/2026 szerda	(00141) Kollégium	E	Vadasmártás *	658.52	157.24	2.01	9.82	2.07	14.92	6.14	0.21		
			Tészta köret *	1 736.67	414.91	14.72	11.22	1.47	63.44	0.00	2.24		
		V	Rakott kelkáposzta *	2 491.54	595.72	26.15	36.26	12.86	40.62	2.42	0.67		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
			Összesen:	9 179.04	2 193.87	92.14	107.10	34.44	205.49	15.23	8.23		
5/14/2026 csütörtök	(00141) Kollégium	R	Trappista sajt	1 243.54	297.01	22.16	22.48	14.29	1.28	0.00	1.94		
			Margarin (szendvics)	531.22	127.09	0.04	14.00	3.80	0.08	0.08	0.20		
			Zsemle	421.65	100.87	3.56	0.34	0.14	21.91	1.84	0.57		
			Mézes tej 15-18	815.57	194.88	10.24	4.50	2.44	28.19	12.29	0.40		
			Csemege,paprikás szalámi	84.60	20.24	0.98	1.25	0.70	0.20	7.44	0.12		
		E	Édesburgonya krémleves *	560.47	134.02	3.07	6.28	1.30	15.92	3.02	0.09		
			Rántott sertésszelet *	1 526.71	364.79	25.62	18.89	4.32	22.75	0.06	0.68		
			Rizi-bizi *	1 734.08	414.85	8.86	9.87	1.49	72.05	0.53	0.04		
			Svanyú	47.67	11.40	0.97	0.10	0.03	1.65	0.00	2.98		
		V	Vagdalt *	1 616.36	386.28	17.55	27.27	7.86	17.30	0.96	0.67		
			Kenyer**	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	1.05		
			Sárgaborsó főzelék	2 147.86	513.15	27.01	12.25	2.11	73.28	0.00	0.16		
			Összesen:	11 607.36	2 774.54	128.06	117.87	38.72	297.41	29.22	8.90		



