



Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	(00141) Kollégium	R	Tejeskávét *	878.81	210.00	10.30	4.50	2.45	31.89	14.99	0.41		
			Sárgarépás margarin	270.65	64.65	0.06	7.01	1.90	0.28	0.06	0.10		
			Sonkás szelet Kométa am.	318.40	76.17	9.60	4.00	1.60	0.40	0.16	0.19		
			Uborka**	39.31	9.40	0.80	0.08	0.00	1.36	0.00	0.00		
			Májkrém *	311.69	74.52	2.15	6.86	2.09	0.96	0.00	0.35		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		E	Kukorica krémleves *	488.33	116.75	4.39	2.62	0.99	18.63	0.25	0.34		
			Hentes tokány*	1 579.00	377.31	17.35	32.14	9.22	4.30	0.00	0.49		
			Tészta köret *	1 736.67	414.91	14.72	11.22	1.47	63.44	0.00	2.24		
		V	Lencsefőzelék	2 140.75	511.50	27.97	14.91	3.29	65.85	1.02	0.17		
			Húsroló *	1 380.53	329.85	15.69	27.56	7.91	4.47	0.05	0.29		
			Kenyer**	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	1.05		
	Összesen:	10 837.71	2 590.22	117.91	113.06	31.64	269.02	19.79	6.67				
9/15/2026 kedd	(00141) Kollégium	R	Citromos tea *	172.55	41.28	0.01	0.00	0.00	10.18	9.99	0.00		
			sajtkrém	374.56	89.46	0.30	9.62	3.63	0.35	0.00	0.23		
			Paradicsom**	73.25	17.52	0.80	0.16	0.03	3.20	0.00	0.00		





9/15/2026 kedd	(00141) Kollégium	R	Sertés párizsi Kométa am.	712.99	170.57	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		
		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		
			Sóskamártás *	1 031.70	246.66	6.34	9.03	1.46	34.00	14.99	0.28	 	
			Burgonya sós féladag *	783.89	187.53	5.00	0.40	0.05	40.00	1.60	0.10		
		V	Rakott kelkáposzta *	2 491.54	595.72	26.15	36.26	12.86	40.62	2.42	0.67	   	
			Kenyer**	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	1.05	 	
			Összesen:	9 283.25	2 219.75	82.33	110.33	36.59	216.67	32.98	5.86		
9/16/2026 szerda	(00141) Kollégium	R	Tej *	608.58	145.36	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40		
			Újhagymás túrókrém	97.30	23.26	1.80	1.50	0.81	0.63	0.21	0.06	 	
			Paradicsom**	73.25	17.52	0.80	0.16	0.03	3.20	0.00	0.00		
			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	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		E	Zöldségleves *	478.53	114.46	3.08	5.85	0.67	12.11	1.92	0.36	  	
			Sült kolbász	360.72	86.30	1.80	8.63	2.20	0.31	0.00	0.27	  	





9/16/2026 szerda	(00141) Kollégium	E	Sárgaborsó főzelék	2 147.86	513.15	27.01	12.25	2.11	73.28	0.00	0.16	 	
			Kenyér**	438.82	104.98	4.00	0.32	0.12	21.40	1.50	0.53	 	
		V	Serpenyősborg.kolbásszal *	1 299.85	310.97	7.61	7.37	1.50	52.25	2.00	0.34	  	
			Svanyú	38.13	9.12	0.78	0.08	0.02	1.32	0.00	2.38		
			Kenyér**	877.63	209.96	8.00	0.64	0.24	42.80	3.00	1.05	 	
			Összesen:	8 342.45	1 994.46	85.57	63.86	18.35	262.44	14.19	9.09		
9/17/2026 csütörtök	(00141) Kollégium	R	Kakaó*	828.07	197.87	10.22	4.52	2.46	28.90	12.99	0.40	 	
			Mákos rigó	852.67	203.99	6.07	5.81	2.28	31.61	3.66	0.50	   	
			Padlizsánkrém házi	52.50	12.56	0.33	0.81	0.29	0.96	0.18	0.00	    	
			Paradicsom**	73.25	17.52	0.80	0.16	0.03	3.20	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		E	Karalábé leves *	557.89	133.44	4.14	5.96	0.67	15.53	1.91	0.26	 	
			Sült csirkemell*	1 047.39	250.34	31.85	7.48	1.23	13.70	0.54	0.45	      	
			Párolt rizsköret *	2 181.76	521.95	8.04	10.79	1.81	97.56	0.79	0.21		
			Amerikai káposztasaláta *	659.26	157.72	3.91	8.27	3.69	16.27	6.00	0.33	    	
		V	Török rizs*	1 391.77	332.49	10.45	5.77	0.73	64.49	0.00	0.53		
			Svanyú	38.13	9.12	0.78	0.08	0.02	1.32	0.00	2.38		





17/202	(00141)	V	Gombás sertéstokány	1 811.67	418.03	17.15	35.10	9.96	11.67	0.39	0.28		
			Összesen:	10 310.30	2 450.23	100.62	86.27	23.65	319.85	26.72	6.38		
9/18/2026 péntek	(00141) Kollégium	R	Citromos tea *	172.55	41.28	0.01	0.00	0.00	10.18	9.99	0.00		
			halkrém házi *	290.97	69.56	1.62	6.88	1.55	0.27	0.00	0.15		
			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		
			Kifli	519.00	124.16	4.11	1.23	0.60	25.36	1.00	0.71		
			Teljes kiőrlésű kenyér	815.94	195.20	6.88	1.52	0.48	34.64	0.26	1.04		
		E	Sertésragu leves	1 302.32	311.28	14.48	21.19	5.87	15.20	0.52	0.14		
			Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
			Darásmetélt ízzel *	2 745.95	656.76	13.07	10.78	1.29	126.06	46.52	0.28		
		V	Gyümölcsital 2 dl	42.49	10.17	0.03	0.00	0.00	2.50	2.50	0.00		
			Kakaós csiga	1 242.22	297.18	1.56	10.50	4.08	48.78	15.02	0.24		
			Alma**	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	5.95	0.01		
			Összesen:	7 623.86	1 823.40	45.76	55.88	15.78	279.09	88.45	2.87		

