

Petőfi kollégium étlap

Közétkeztetési Ellátó Szervezet

Középiskolás (15-18 év)	Hétfő 2026.08.31.	Kedd 2026.09.01.	Szerda 2026.09.02.	Csütörtök 2026.09.03.	Péntek 2026.09.04.
Reggeli	-Kakaós tej (L) -Teljes kiőrlésű kakaós csiga 2 db (G, L, T) <i>S:1,5, E:652,0, ZS:27,8, T:6,4, F:14,6, CH:81,4, C:52,0, Ca:288,0</i>	-Tej-dobozos (L) -Teljes kiőrlésű szalámis kifli zöldséggel 2 db (G, L) <i>S:2,6, E:582,0, ZS:32,2, T:6,8, F:19,1, CH:52,4, C:9,3, Ca:301,4</i>	-Gyümölcsle -Teljes kiőrlésű túrós párna (G, L, T) <i>S:1,0, E:634,0, ZS:9,9, T:3,6, F:20,2, CH:112,9, C:40,0, Ca:208,0</i>	-Gyümölcsle -Teljes kiőrlésű sajtos kifli zöldséggel (G, L) <i>S:0,9, E:321,0, ZS:11,0, T:1,4, F:10,3, CH:43,7, C:19,5, Ca:153,3</i>	-Kakaós tej (L) -Sonkás zsemle (vizes) zöldséggel 2 db (G) <i>S:2,7, E:592,0, ZS:19,3, T:3,4, F:22,8, CH:78,0, C:20,0, Ca:330,1</i>
Tízórai	-Zala felvágott -Joghurtos margarin (L) -Teljes kiőrlésű zsemle (G) -Uborka <i>S:0,6, E:253,0, ZS:15,4, T:2,2, F:7,5, CH:21,2, C:0,0, Ca:17,8</i>	-Teljes kiőrlésű kifli (G, L) -Kenőmájas -Póréhagyma <i>S:1,4, E:215,0, ZS:6,9, T:0,8, F:15,7, CH:22,0, C:0,0, Ca:0,0</i>	-Vadász felvágott -Joghurtos margarin (L) -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Paprika <i>S:0,3, E:358,0, ZS:17,5, T:2,3, F:11,9, CH:38,1, C:0,0, Ca:44,8</i>	-Teljes kiőrlésű csokis-meggyes párna (G, L, T, O) <i>S:0,5, E:263,0, ZS:5,2, T:1,8, F:0,0, CH:46,2, C:96,8, Ca:0,0</i>	-Teljes kiőrlésű pizzás csiga (G, L, T) <i>S:0,3, E:194,0, ZS:10,1, T:3,1, F:3,1, CH:22,5, C:8,1, Ca:0,0</i>
Ebéd	-Kertészleves (Z, G) -Vadas ragu (G, Z) -Tésztaköret (G, T) <i>S:1,3, E:729,0, ZS:20,3, T:0,8, F:40,6, CH:93,8, C:2,1, Ca:125,2</i>	-Karlábéleves (G, Z, L) -Bolognai szósz -Tésztaköret (G, T) -Sajt szórát (L) <i>S:1,6, E:774,0, ZS:32,0, T:0,8, F:33,1, CH:84,5, C:6,8, Ca:247,5</i>	-Brokkolikrémleves (Z, G, L, O) -Levesgyöngy (G, L, T) -Édes-savanyú csirkemell (Z, G, O) -Petrezselymes rizs <i>S:1,9, E:646,0, ZS:14,0, T:4,9, F:39,4, CH:89,8, C:5,2, Ca:158,0</i>	-Zöldborsóleves galuskával (G, Z, T) -Rakott karfiol bulgurral (L, G, Z) <i>S:1,4, E:797,0, ZS:32,0, T:0,3, F:37,9, CH:91,8, C:4,1, Ca:151,8</i>	-Hideg erdeigyümölcs leves (L, O, G) -Zöldbabfőzelék (L, G) -Tonhal pogácsa (H, G, T) <i>S:2,6, E:682,0, ZS:30,4, T:8,6, F:31,7, CH:67,8, C:19,3, Ca:385,6</i>
Uzsonna	-Sajtos pogácsa (G, L, T) <i>S:0,5, E:202,0, ZS:9,9, T:4,6, F:4,6, CH:23,0, C:0,6, Ca:25,0</i>	-Dörmi (G, L, T, F, O, D) <i>S:0,2, E:130,0, ZS:5,3, T:1,0, F:1,7, CH:19,8, C:9,6, Ca:0,0</i>	-Puding (L) <i>S:0,1, E:163,0, ZS:4,2, T:2,8, F:2,1, CH:28,7, C:22,8, Ca:99,8</i>	-Szalámis zsemle zöldséggel (G, L) <i>S:1,6, E:263,0, ZS:12,4, T:1,0, F:7,1, CH:29,4, C:0,3, Ca:16,8</i>	-Soproni felvágott -Joghurtos margarin (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G, L) -Paprika <i>S:0,8, E:304,0, ZS:19,6, T:2,8, F:8,9, CH:21,9, C:0,0, Ca:17,4</i>
Vacsora	-Tej-dobozos (L) -Teljes kiőrlésű szalámis kifli zöldséggel 2 db (G, L) <i>S:2,6, E:582,0, ZS:32,2, T:6,8, F:19,1, CH:52,4, C:9,3, Ca:301,4</i>	-Gyümölcsle -Rakott burgonya kolbásszal (T, L) -Csemege uborka * -Teljes kiőrlésű kenyér (G) <i>S:4,4, E:866,0, ZS:29,8, T:0,3, F:33,1, CH:112,2, C:21,6, Ca:259,5</i> * Adalékanyagot tartalmaz	-Vaníliás tej-dobozos (L) -Sonkás zsemle (vizes) zöldséggel 2 db (G) <i>S:2,5, E:564,0, ZS:21,7, T:5,2, F:21,8, CH:67,6, C:9,8, Ca:270,1</i>	-Gyümölcsle -Hamburger (G, T, L) -Mini Ketchup (Z) <i>S:2,4, E:501,0, ZS:12,4, T:0,2, F:15,9, CH:78,3, C:26,3, Ca:153,3</i>	

Összesen	S:6,5, E:2 419,0, ZS:105,6, T:20,8, F:86,3, CH:271,8, C:64,0, Ca:757,4	S:10,2, E:2 567,0, ZS:106,1, T:9,7, F:102,6, CH:290,9, C:47,3, Ca:808,4 * Adalékanyagot tartalmaz	S:5,9, E:2 364,0, ZS:67,3, T:18,9, F:95,4, CH:337,0, C:77,8, Ca:780,7	S:6,7, E:2 145,0, ZS:72,9, T:4,6, F:71,2, CH:289,5, C:147,0, Ca:475,1	S:6,3, E:1 772,0, ZS:79,4, T:18,0, F:66,5, CH:190,2, C:47,4, Ca:733,1
----------	--	--	---	---	---

Jó étvágyat!

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:		Allergén jelmagyarázat:			
S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámmag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

Petőfi kollégium étlap

Közétkeztetési Ellátó Szervezet

Középiskolás (15-18 év)	Hétfő 2026.09.07.	Kedd 2026.09.08.	Szerda 2026.09.09.	Csütörtök 2026.09.10.	Péntek 2026.09.11.
Reggeli	-Gyümölcslé -Teljes kiőrlésű sonkás zsemle zöldséggel 2 db (G) <i>S:0,9, E:406,0, ZS:11,6, T:0,9, F:11,7, CH:63,5, C:19,5, Ca:38,5</i>	-Tej-dobozos (L) -Teljes kiőrlésű fahéjas csiga (G, L, T) <i>S:0,6, E:368,0, ZS:17,9, T:5,1, F:9,8, CH:40,1, C:21,2, Ca:288,0</i>	-Gyümölcslé -Teljes kiőrlésű szalámis zsemle zöldséggel (G) <i>S:2,3, E:532,0, ZS:24,1, T:1,6, F:13,4, CH:64,7, C:19,6, Ca:41,4</i>	-Gyümölcslé -Tojáskrém (T, M) -Zsemle (G) <i>S:3,2, E:539,0, ZS:12,4, T:1,0, F:21,4, CH:81,9, C:20,2, Ca:179,8</i>	-Vaníliás tej-dobozos (L) -Teljes kiőrlésű pizzás csiga (G, L, T) <i>S:0,8, E:500,0, ZS:25,7, T:10,2, F:12,1, CH:54,2, C:25,4, Ca:228,0</i>
Tízórai	-Sajtos rúd (G, L, T) <i>S:0,7, E:221,0, ZS:13,7, T:0,0, F:4,1, CH:19,1, C:0,0, Ca:45,0</i>	-Zala felvágott -Joghurtos margarin (L) -Teljes kiőrlésű zsemle (G) -Póréhagyma <i>S:0,6, E:255,0, ZS:15,4, T:2,2, F:7,4, CH:21,6, C:0,0, Ca:9,2</i>	-Trappista sajt (L) -Joghurtos margarin (L) -Teljes kiőrlésű kenyér (G) -Uborka <i>S:0,8, E:405,0, ZS:20,2, T:2,3, F:17,3, CH:38,1, C:0,0, Ca:222,6</i>	-Fatörzs kifli (G, L, T) <i>S:0,7, E:305,0, ZS:3,4, T:3,9, F:8,4, CH:51,5, C:9,5, Ca:0,0</i>	-Gépsonka -Joghurtos margarin (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G, L) -Reszelt sárgarépa <i>S:1,0, E:277,0, ZS:17,0, T:2,8, F:9,1, CH:21,2, C:0,0, Ca:5,7</i>
Ebéd	-Legényfogó leves (L, O) * -Darás metélt (G, T) -Sárgabarackdzsem <i>S:0,9, E:782,0, ZS:21,7, T:3,2, F:31,3, CH:112,6, C:22,9, Ca:87,6</i> * Adalékanyagot tartalmaz	-Karfiolleves (G, Z) -Bakonyi ragu (L, G) -Petrezselymes bulgur (G, Z) <i>S:1,2, E:559,0, ZS:22,5, T:0,2, F:33,7, CH:55,6, C:4,2, Ca:137,4</i>	-Paradicsomleves (G, T, Z) -Zöldborsófőzelék (G, L) -Főtt kemény tojás (T) <i>S:1,0, E:584,0, ZS:21,2, T:0,6, F:29,0, CH:66,0, C:20,1, Ca:180,4</i>	-Zöldségkrémleves (Z, G) -Levesgyöngy (G, L, T) -Rántott sertésszelet (G, T) -Sárgarépás rizs <i>S:3,5, E:783,0, ZS:26,8, T:2,4, F:35,3, CH:96,2, C:2,0, Ca:142,2</i>	-Tárkonyos csirkeraguleves-friss (Z, G, T, L, O) -Gránátos kocka (G, T) -Csemege uborka * <i>S:5,5, E:796,0, ZS:17,7, T:5,6, F:32,5, CH:121,1, C:9,2, Ca:286,4</i> * Adalékanyagot tartalmaz
Uzsonna	-Gépsonka -Joghurtos margarin (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G, L) -Paprika <i>S:1,0, E:283,0, ZS:17,1, T:2,8, F:9,5, CH:21,9, C:0,0, Ca:9,6</i>	-Krémtúró (L) <i>S:0,2, E:214,0, ZS:8,8, T:0,0, F:15,1, CH:19,1, C:14,8, Ca:50,0</i>	-Kefir (L) -Teljes kiőrlésű kifli (G, L) <i>S:0,8, E:228,0, ZS:8,6, T:0,8, F:9,2, CH:27,6, C:0,0, Ca:180,0</i>	-Zala felvágott -Teljes kiőrlésű zsemle (G) -Joghurtos margarin (L) -Uborka <i>S:0,6, E:253,0, ZS:15,4, T:2,2, F:7,5, CH:21,2, C:0,0, Ca:17,8</i>	-Sajtos pogácsa (G, L, T) -Alma <i>S:0,5, E:233,0, ZS:9,9, T:4,6, F:5,0, CH:23,7, C:0,6, Ca:30,5</i>
Vacsora	-Tej-dobozos (L) -Teljes kiőrlésű májkrémes zsemle zöldséggel 2 db (G) <i>S:1,2, E:370,0, ZS:10,7, T:4,3, F:18,2, CH:50,8, C:9,2, Ca:292,2</i>	-Gyümölcslé -Csirke nuggets (T) -Burgonyapüré (L) <i>S:1,7, E:612,0, ZS:20,1, T:4,0, F:15,5, CH:89,9, C:23,6, Ca:170,9</i>	-Kakaós tej (L) -Teljes kiőrlésű szalámis kifli zöldséggel 2 db (G, L) <i>S:2,8, E:610,0, ZS:29,8, T:5,0, F:20,1, CH:62,8, C:19,5, Ca:301,4</i>	-Gyümölcslé -Lasagne (G, T, L) <i>S:0,7, E:622,0, ZS:19,6, T:0,7, F:24,8, CH:82,9, C:25,1, Ca:168,7</i>	

Összesen

S:4,8, E:2 061,0, ZS:74,8, T:11,3,
F:74,9, CH:267,9, C:51,6, Ca:472,9
* Adalékanyagot tartalmaz

S:4,3, E:2 008,0, ZS:84,7, T:11,5,
F:81,5, CH:226,3, C:63,9, Ca:655,5

S:7,6, E:2 359,0, ZS:103,9, T:10,3,
F:89,1, CH:259,1, C:59,1, Ca:925,8

S:8,8, E:2 502,0, ZS:77,7, T:10,1,
F:97,3, CH:333,7, C:56,8, Ca:508,5

S:7,8, E:1 806,0, ZS:70,3, T:23,2,
F:58,7, CH:220,3, C:35,2, Ca:550,6
* Adalékanyagot tartalmaz

Jó étvágyat!

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:		Allergén jelmagyarázat:			
S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitek, kén-dioxid	