

Debrecen

Kollégium A menü

2020. 09. 28.–2020. 10. 04.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej  
Fonott kalács

Allergének:  
1,3,7

EN:452  
ZS:10,4 TZS:5,5 FH:14,7  
SZH:69,5 CK:19,9 SÓ:1

Gyümölcs tea  
Citrusos túrókrém  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,7,12

EN:380  
ZS:4,2 TZS:2,4 FH:13,8  
SZH:68,6 CK:14,6 SÓ:1,7

Gyümölcs tea  
Zala felvágott  
Margarin  
Félbarna kenyér  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,6,12

EN:430  
ZS:10,9 TZS:3 FH:12,8  
SZH:64,7 CK:10 SÓ:2,7

Kakaós tej  
Vajkrém  
Császárszemle

Allergének:  
1,6,7

EN:636  
ZS:21,8 TZS:12,3 FH:18  
SZH:87,8 CK:31 SÓ:2,1

Gyümölcs tea  
Tojáskrém  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Kávia paprika

Allergének:  
1,3,7,10,12

EN:387  
ZS:6,9 TZS:3 FH:11,3  
SZH:64,1 CK:12,3 SÓ:1,6

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

TÍZÓRAI

Magyaros vajkrém  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,7

EN:282  
ZS:12,8 TZS:7,4 FH:6,5  
SZH:33,1 CK:1,7 SÓ:1,4

Alma

Allergének:

EN:47  
ZS:0 TZS:0 FH:0,6  
SZH:10,5 CK:10,5 SÓ:0

Gyümölcs joghurt

Allergének:  
7

EN:115  
ZS:3,4 TZS:2,3 FH:3,3  
SZH:17,5 CK:15 SÓ:0,1

Baromfi párizsi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Jégcsapretek

Allergének:  
1,6

EN:247  
ZS:9 TZS:1,5 FH:9,7  
SZH:32,4 CK:0,5 SÓ:2

Olasz felvágott  
Margarin  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,6

EN:286  
ZS:10,7 TZS:3 FH:9,5  
SZH:32,8 CK:0,6 SÓ:2,1

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Reszelt tésztaleves  
Főtt tojás  
Parajmártás  
Főtt burgonya

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:735  
ZS:27,1 TZS:5,6 FH:25,3  
SZH:83,5 CK:9,4 SÓ:1,2

Zeller krémleves  
Leves gyöngy  
Barbecue csirkeragu  
Bulgur

Allergének:  
1,3,6,7,9,12

EN:912  
ZS:33,1 TZS:9,2 FH:35,9  
SZH:100,8 CK:4,4 SÓ:2,8

Babgyulás sertéshússal  
Darás metélt  
Gyümölcs öntet  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,9

EN:1147  
ZS:31,3 TZS:6,7 FH:41,6  
SZH:171,1 CK:23,6 SÓ:1,1

Citromos kerti leves  
Reszelt csirkemáj  
Tört burgonya  
Csemege uborka

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN:734  
ZS:29,3 TZS:5,9 FH:30,6  
SZH:78,4 CK:6,4 SÓ:3,6

Kakukkfűves gombaleves  
Rántott csirkecomb filé  
Rizibizi  
Vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9

EN:1214  
ZS:53,1 TZS:6,9 FH:43,5  
SZH:139,3 CK:11,5 SÓ:3,3

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Ananász befőtt

Allergének:

EN:70  
ZS:0 TZS:0 FH:0,4  
SZH:17 CK:17 SÓ:0

Sajtkrém  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Jégcsapretek

Allergének:  
1,7

EN:227  
ZS:5,5 TZS:3,1 FH:9,6  
SZH:32,7 CK:1,6 SÓ:1,2

Gyümölcskompót

Allergének:  
12

EN:63  
ZS:0,1 TZS:0 FH:0,6  
SZH:13,8 CK:4 SÓ:0

Alma

Allergének:

EN:47  
ZS:0 TZS:0 FH:0,6  
SZH:10,5 CK:10,5 SÓ:0

Müzli szelet

Allergének:  
1,5,6,12

EN:79  
ZS:1,9 TZS:0,8 FH:1  
SZH:14 CK:7,2 SÓ:0,1

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

VACSORA

Spagetti carbonara  
Reszelt sajt

Allergének:  
1,6,7

EN:521  
ZS:25,6 TZS:8,9 FH:28,1  
SZH:48,9 CK:3,2 SÓ:4,6

Rántott sertés szelet  
Párolt rizs fél adag  
Majonézes kukoricasaláta

Allergének:  
1,3,7,10

EN:1143  
ZS:50,6 TZS:15,1 FH:42,6  
SZH:119 CK:10 SÓ:3

Tea  
Edami sajt  
Margarin  
Zsemle  
Kígyóuborka

Allergének:  
1,7,12

EN:496  
ZS:14,3 TZS:7,6 FH:19,6  
SZH:69,4 CK:10,5 SÓ:2,2

Tea  
Magyaros pizza

Allergének:  
1,7,12

EN:782  
ZS:29,1 TZS:10,4 FH:24  
SZH:104 CK:20 SÓ:2,2

Tea  
Csemege szalámi  
Margarin  
Kifli  
Jégcsapretek

Allergének:  
1,7,12

EN:451  
ZS:15,2 TZS:5,6 FH:13,7  
SZH:63,4 CK:11,5 SÓ:2,1

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:  
1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti ételapváltoztatásért előre is elnézést kérjük, megértésedet köszönjük. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) \*A csillaggal jelölt étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium A menü

2020. 10. 05.–2020. 10. 11.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tej  
Briós

Allergének:  
1,3,6,7

EN:459  
ZS: 11,7  
SZH:68,5  
TZS: 6,5  
CK:20,1  
FH: 15,8  
SÓ: 1

Gyümölcsstea  
Főtt tojás  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Kígyóborka

Allergének:  
1,3,12

EN: 415  
ZS: 10,1  
SZH:61,3  
TZS: 3  
CK: 10,1  
FH: 13,4  
SÓ: 1,7

Gyümölcsstea  
Füstölt sajtos brokkoli krém  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,7,12

EN: 356  
ZS: 5,6  
SZH: 61,1  
TZS: 3,1  
CK: 10,4  
FH: 12,1  
SÓ: 1,7

Vaníliás tej  
Mogyorós krém  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,6,7,8

EN: 601  
ZS: 13,5  
SZH: 98,1  
TZS: 7,2  
CK: 43,6  
FH: 15,4  
SÓ: 2,1

Gyümölcsstea  
Kolbászos vajkrém  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Paradicsom

Allergének:  
1,7,12

EN: 490  
ZS: 19,3  
SZH: 63,9  
TZS: 8,7  
CK: 10,6  
FH: 12,5  
SÓ: 2,4

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

TÍZÓRAI

Sajtkrém  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,7

EN:221  
ZS: 5,1  
SZH:32,9  
TZS: 2,9  
CK:1,6  
FH: 9  
SÓ: 1,3

Barackbefőtt

Allergének:

EN: 54  
ZS: 0  
SZH:14,5  
TZS: 0  
CK:13,2  
FH: 0,4  
SÓ: 0

Kenőmájás  
Kifli  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,6,7,10

EN: 266  
ZS: 12,4  
SZH:27,9  
TZS: 0,3  
CK:1,1  
FH: 9,8  
SÓ: 1,2

Margarin  
Teljes kiőrlésű kifli  
Kápia paprika

Allergének:  
1

EN:154  
ZS: 4,7  
SZH:22  
TZS: 1,4  
CK:0,3  
FH: 4,2  
SÓ: 0,8

Alma

Allergének:

EN:47  
ZS: 0  
SZH:10,5  
TZS: 0  
CK:10,5  
FH: 0,6  
SÓ: 0

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

EBÉD

Hamis gulyásleves  
Dinó szelet  
Zöldborsófőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:1054  
ZS: 38,6  
SZH:131,8  
TZS: 6,3  
CK:12  
FH: 37,4  
SÓ: 3,7

Hagyma krémleves  
Pirított zsemlekocka  
Pincepörkölt  
Csalamádé  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,7,10,12

EN: 832  
ZS: 24,9  
SZH:106,1  
TZS: 5,1  
CK:3,9  
FH: 36,2  
SÓ: 4,6

Frankfurti leves  
Szilvatöltelikes gombóc  
Fahéjas szórát  
Alma

Allergének:  
1,6,7,9,12

EN: 1028  
ZS: 26,9  
SZH:161  
TZS: 5,7  
CK:56,2  
FH: 28,2  
SÓ: 3,2

Paradicsomleves  
Halpogácsa  
Kukoricás rizs  
Tzatziki saláta

Allergének:  
1,3,4,7,9

EN:903  
ZS: 24,1  
SZH:130,7  
TZS: 4,6  
CK:25,7  
FH: 37,9  
SÓ: 3,6

Vegyes zöldségleves  
Vadas sertés ragu  
Makaróni tészta

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN:770  
ZS: 33,7  
SZH:83,9  
TZS: 8,5  
CK:6,9  
FH: 30,2  
SÓ: 2,9

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

UZSONNA

Alma

Allergének:

EN:47  
ZS: 0  
SZH:10,5  
TZS: 0  
CK:10,5  
FH: 0,6  
SÓ: 0

Korpvit keksz

Allergének:  
1

EN: 180  
ZS: 5,2  
SZH:27,8  
TZS: 2  
CK:1,8  
FH: 4,2  
SÓ: 0,4

Szilva

Allergének:

EN: 87  
ZS: 0  
SZH:19,7  
TZS: 0  
CK:19,7  
FH: 1,1  
SÓ: 0

Gyümölcssaláta

Allergének:

EN:66  
ZS: 0  
SZH:15,9  
TZS: 0  
CK:14,2  
FH: 0,4  
SÓ: 0

Túró desszert

Allergének:  
6,7

EN:82  
ZS: 4,4  
SZH:9  
TZS: 3,4  
CK:7,9  
FH: 1,4  
SÓ: 0

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

VACSORA

Tavaszi szárnyas rizses hús  
Vegyes saláta

Allergének:  
9

EN:632  
ZS: 18,3  
SZH:86,6  
TZS: 2,9  
CK:10,8  
FH: 29,6  
SÓ: 2

Limonádé  
Hamburger

Allergének:  
1,3,6,7,10,12

EN: 823  
ZS: 40,9  
SZH:81,7  
TZS: 18,4  
CK:26,6  
FH: 30,2  
SÓ: 4,2

Tea  
Olasz felvágott  
Margarin  
Szezámmagos zsemle  
Paradicsom

Allergének:  
1,6,11,12

EN: 472  
ZS: 14,6  
SZH:65,9  
TZS: 3,9  
CK:10,6  
FH: 14,4  
SÓ: 2,1

Sertéssült  
Tört burgonya  
Párolt káposzta fél adag

Allergének:  
1,12

EN:806  
ZS: 43,8  
SZH:70,3  
TZS: 9,5  
CK:10,2  
FH: 28,7  
SÓ: 2,7

Tea  
Gépsonka  
Margarin  
Félbarna kenyér  
Jégcsapretek

Allergének:  
1,6,12

EN:376  
ZS: 7,1  
SZH:64,3  
TZS: 1,8  
CK:10,1  
FH: 13,8  
SÓ: 2,9

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:  
1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődő kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést kérjük, megértésedet köszönjük. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) \*A csillaggal jelölt étel fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium A menü

2020. 10. 12.–2020. 10. 18.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Tea  
Tojáskrém  
Kifli

Tej  
Kakaós csiga

Tea  
Szezámmagos vajkrém  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Kígyóborka

Tej  
Gabonapohly

Tea  
Körözött  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,10,12

Allergének:  
1,3,7

Allergének:  
1,7,11,12

Allergének:  
1,6,7

Allergének:  
1,7,12

Allergének:

Allergének:

EN:392  
ZS: 7,5  
SZH:65  
TZS: 3,1  
CK:13,8  
FH: 12,1  
SÓ: 1,3

EN: 523  
ZS: 21,8  
SZH:64,5  
TZS: 11,8  
CK: 26,5  
FH: 12,4  
SÓ: 0,8

EN: 422  
ZS: 13,1  
SZH: 63  
TZS: 7  
CK: 11,1  
FH: 10  
SÓ: 2

EN: 321  
ZS: 5,9  
SZH: 51,5  
TZS: 2,7  
CK: 29  
FH: 10,4  
SÓ: 0,4

EN: 368  
ZS: 5  
SZH: 62,2  
TZS: 2,8  
CK: 10,1  
FH: 14,7  
SÓ: 1,5

EN:  
ZS:  
SZH:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

TÍZÓRAI

Gyümölcskompót

Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Zöldpaprika

Kefir

Házi húskrém  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Kígyóborka

Limonádé

Allergének:  
12

Allergének:  
1

Allergének:  
7

Allergének:  
1,10,12

Allergének:  
12

Allergének:

Allergének:

EN:63  
ZS: 0,1  
SZH:13,8  
TZS: 0  
CK:4  
FH: 0,6  
SÓ: 0

EN: 198  
ZS: 4,8  
SZH:31,9  
TZS: 1,4  
CK:0,4  
FH: 5  
SÓ: 1

EN: 80  
ZS: 4,5  
SZH:5,7  
TZS: 2,7  
CK:5,7  
FH: 4,5  
SÓ: 0

EN:297  
ZS: 16,1  
SZH:33,2  
TZS: 7,8  
CK:1,6  
FH: 12,8  
SÓ: 1,6

EN:41  
ZS: 0  
SZH:10,2  
TZS: 0  
CK:10,2  
FH: 0  
SÓ: 0

EN:  
ZS:  
SZH:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

EBÉD

Daragaluska leves  
Sertés pörkölt  
Sárgaborsó főzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Alma

Karalábéleves  
Bolognai spagetti  
Reszelt sajt

Zsúrmóka leves  
Csirkemáj rizottó  
Uborkasaláta  
Almás kevert sütemény

Magyaros zöldbaleves  
Kolbásos rakott burgonya  
Cékla

Zöldség krémleves  
Leves gyöngy  
Rántott csirkemell  
Petrezselymes rizs  
Vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9

Allergének:  
1,3,7,9

Allergének:  
1,3,7,9

Allergének:  
1,3,6,7,10,12

Allergének:  
1,3,7,9

Allergének:

Allergének:

EN:1046  
ZS: 36,7  
SZH:121  
TZS: 9  
CK:11,3  
FH: 44,9  
SÓ: 3,8

EN: 756  
ZS: 39,2  
SZH:67,6  
TZS: 12,2  
CK:14,2  
FH: 32,9  
SÓ: 3,9

EN: 831  
ZS: 31,2  
SZH:100,5  
TZS: 8,1  
CK:23,1  
FH: 33,6  
SÓ: 3,3

EN:736  
ZS: 33,5  
SZH:63,6  
TZS: 10,8  
CK:7,8  
FH: 22,4  
SÓ: 3

EN:1211  
ZS: 44,2  
SZH:155  
TZS: 9,5  
CK:11,9  
FH: 46,6  
SÓ: 2,4

EN:  
ZS:  
SZH:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

UZSONNA

Reszelt sajt  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Kápia paprika

Alma

Trappista sajtszelet  
Margarin  
Zsemle  
Paradicsom

Alma

Magyaros vajkrém  
Zsemle  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,7

Allergének:

Allergének:  
1,7

Allergének:

Allergének:  
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:330  
ZS: 15,1  
SZH:32  
TZS: 8,2  
CK:0,5  
FH: 14,1  
SÓ: 1,8

EN: 47  
ZS: 0  
SZH:10,5  
TZS: 0  
CK:10,5  
FH: 0,6  
SÓ: 0

EN: 325  
ZS: 14,9  
SZH:31,5  
TZS: 8  
CK:0,8  
FH: 14  
SÓ: 2,2

EN:47  
ZS: 0  
SZH:10,5  
TZS: 0  
CK:10,5  
FH: 0,6  
SÓ: 0

EN:276  
ZS: 12,6  
SZH:32,2  
TZS: 7,2  
CK:1,9  
FH: 6,4  
SÓ: 1,3

EN:  
ZS:  
SZH:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

VACSORA

Pritaminos csirkeragu  
Snidlinges rizs

Székelykáposzta  
Félbarna kenyér

Tea  
Füstölt baromfi párizsi  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Jégcsapretek

Limonádé  
Bolognai pizza

Gyümölcs joghurt  
Kifli

Allergének:  
1,7

Allergének:  
1,7

Allergének:  
1,12

Allergének:  
1,7,9,12

Allergének:  
1,7

Allergének:

Allergének:

EN:614  
ZS: 22,3  
SZH:77,1  
TZS: 4,3  
CK:1,2  
FH: 25,6  
SÓ: 2,2

EN: 669  
ZS: 30,4  
SZH:67,3  
TZS: 9,7  
CK:4,6  
FH: 25,8  
SÓ: 6,1

EN: 421  
ZS: 12,4  
SZH:61,8  
TZS: 4,1  
CK:10  
FH: 12,4  
SÓ: 2,4

EN:833  
ZS: 33,3  
SZH:98,1  
TZS: 12,7  
CK:15,6  
FH: 33,3  
SÓ: 1,3

EN:384  
ZS: 5,1  
SZH:70,6  
TZS: 2,7  
CK:17,2  
FH: 11,8  
SÓ: 1,2

EN:  
ZS:  
SZH:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének:  
1. Glutén tartalmazo gabonafélék; 2. Rákkfélek; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstétést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) \*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium A menü

2020. 10. 19.–2020. 10. 25.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Kakaós tej  
Foszlós kalács

Allergének:  
1,3,7

EN:533  
ZS: 14,3  
SZH:80,7  
TZS: 6,9  
CK:38,9  
FH: 16,5  
SÓ: 1,2

Tea  
Barackos túrókrém  
Zsemle

Allergének:  
1,7,12

EN: 420  
ZS: 3,9  
SZH:77,2  
TZS: 2  
CK: 17,8  
FH: 14,5  
SÓ: 1,3

Tea  
Házi füstölt sajtkrém  
Kifli

Allergének:  
1,7,12

EN: 452  
ZS: 15  
SZH: 62,6  
TZS: 7  
CK: 11,7  
FH: 14,8  
SÓ: 1,6

Tej  
Mogyorós krém  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,6,7,8

EN: 539  
ZS: 13,5  
SZH: 82,3  
TZS: 7,2  
CK: 29,6  
FH: 15,4  
SÓ: 2

ÜNNEP

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

TÍZÓRAI

Alma

Allergének:

EN:47  
ZS: 0  
SZH:10,5  
TZS: 0  
CK:10,5  
FH: 0,6  
SÓ: 0

Edami sajt  
Margarin  
Félbarna kenyér  
Kápia paprika

Allergének:  
1,7

EN: 321  
ZS: 13,8  
SZH:33  
TZS: 7,6  
CK:0,4  
FH: 15,2  
SÓ: 1,9

Margarin  
Félbarna kenyér  
Paradicsom

Allergének:  
1

EN: 199  
ZS: 4,5  
SZH:33,4  
TZS: 1,2  
CK:0,4  
FH: 4,8  
SÓ: 1,2

Alma

Allergének:

EN:47  
ZS: 0  
SZH:10,5  
TZS: 0  
CK:10,5  
FH: 0,6  
SÓ: 0

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

EBÉD

Tárkonyos zöldség leves  
Tarhonyás csirke hús  
Lilakáposzta saláta

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:757  
ZS: 24,5  
SZH:96,2  
TZS: 4,7  
CK:17,4  
FH: 36,5  
SÓ: 2

Lebbencsleves  
Sült virsli  
Zöldborsófőzelék  
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:  
1,3,7,12

EN: 883  
ZS: 34,2  
SZH:103  
TZS: 9  
CK:11,6  
FH: 33,5  
SÓ: 4,3

Sertés húsgombóc leves  
Aranygaluska  
Vaníliás öntet  
Alma

Allergének:  
1,3,6,7,8,9

EN: 1097  
ZS: 34,2  
SZH:166  
TZS: 11,2  
CK:65,7  
FH: 28,4  
SÓ: 1,5

Gyümölcsleves  
Panírozott halrudacska  
Petrezselymes rizs  
Tartármártás

Allergének:  
1,3,4,7,10,12

EN:1092  
ZS: 42,3  
SZH:145,9  
TZS: 8,5  
CK:35,9  
FH: 27,5  
SÓ: 1,7

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

UZSONNA

Snidlinges vajkrém  
Teljes kiőrlésű zsemle  
Kígyóborka

Allergének:  
1,7

EN:386  
ZS: 13  
SZH:55  
TZS: 7,5  
CK:2  
FH: 9,6  
SÓ: 1,8

Alma

Allergének:

EN: 47  
ZS: 0  
SZH:10,5  
TZS: 0  
CK:10,5  
FH: 0,6  
SÓ: 0

Szilva

Allergének:

EN: 87  
ZS: 0  
SZH:19,7  
TZS: 0  
CK:19,7  
FH: 1,1  
SÓ: 0

Kenőmájás  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Jégcsapretek

Allergének:  
1,6,10

EN:284  
ZS: 12,2  
SZH:31,7  
TZS: 0,2  
CK:0,5  
FH: 10  
SÓ: 1,6

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

VACSORA

Orosz hússaláta  
Hosszú zsemle

Allergének:  
1,3,6,7,10,12

EN:845  
ZS: 44,2  
SZH:72  
TZS: 13,4  
CK:8,3  
FH: 30,6  
SÓ: 1,8

Lasagne

Allergének:  
1,3,7,9

EN: 761  
ZS: 29,8  
SZH:87,5  
TZS: 11,7  
CK:7  
FH: 33,9  
SÓ: 1,9

Tea  
Zala felvágott  
Margarin  
Teljes kiőrlésű kenyér  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,6,12

EN: 431  
ZS: 11,4  
SZH:63  
TZS: 3,3  
CK:10,1  
FH: 13  
SÓ: 2,4

Sült kolbász  
Zöldbabfőzelék  
Félbarna kenyér

Allergének:  
1,7

EN:955  
ZS: 45,2  
SZH:81,4  
TZS: 14,2  
CK:9,5  
FH: 30,5  
SÓ: 5,2

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS:  
SZH:  
TZS:  
CK:  
FH:  
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:  
1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézést kérjük, megértésedet köszönjük. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) \*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



Debrecen

Kollégium A menü

2020. 10. 26.–2020. 11. 01.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

REGGELI

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS: TZS:  
SZH: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
FH: ZS: TZS:  
SÓ: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS:  
SÓ: SZH: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

TÍZÓRAI

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS: TZS:  
SZH: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
FH: ZS: TZS:  
SÓ: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS:  
SÓ: SZH: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

EBÉD

Őszi szünet

Őszi szünet

Őszi szünet

Őszi szünet

Őszi szünet

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS: TZS:  
SZH: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
FH: ZS: TZS:  
SÓ: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS:  
SÓ: SZH: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

UZSONNA

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS: TZS:  
SZH: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
FH: ZS: TZS:  
SÓ: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS:  
SÓ: SZH: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

VACSORA

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: TZS: FH:  
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS: TZS:  
SZH: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
FH: ZS: TZS:  
SÓ: SZH: CK:

Allergének:

EN:  
ZS: ZS:  
SÓ: SZH: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

Allergének:

EN:  
TZS: FH: ZS:  
CK: SÓ: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:  
1. Glutén tartalmazo gabonafélék; 2. Rákkfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedat kérjük, megértésedat köszönjük. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag) \*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

