

**Pécs**
**Kollégium**
**2026. 06. 01.–2026. 06. 05.**

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>REGGELI</b>	Vanília ízű tej (7) Margarin Foszlós kalács (1,3,7)			Tea Körözött (7) Zsemle (1) Zöldpaprika			Tea Gépsonka Főtt tojás (3) Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Tej (7) Méz Margarin Fehér kenyér (1)			Tea Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom		
	<u>Allergének:</u> 1,3,7			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,3			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1		
	EN:539			EN:410			EN:473			EN:479			EN:442		
	ZS:18,1 SZH:77,5	TZS:8,2 CK:36,1	FH:17,2 SÓ:1,31	ZS:3,8 SZH:74,4	TZS:1,7 CK:15	FH:15 SÓ:1,41	ZS:12,5 SZH:64,5	TZS:4 CK:13,3	FH:19 SÓ:2,79	ZS:8,6 SZH:84,7	TZS:3,8 CK:36,9	FH:16,3 SÓ:1,61	ZS:12,9 SZH:65,6	TZS:4,6 CK:12,8	FH:12,7 SÓ:2,44
<b>EBÉD A</b>	Eperkrémleves (1,7,12) Borsos sertéstokány (1) Bulgur (1) Csemegeuborka (10,12)			Zöldborsóleves (1,3,9,12) Húsgombóc (1) Paradicsommártás (1,9) Főtt burgonya (12) Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Bableves füstölt hússal (1,3,9) Mák szórat Hosszúmetélt (1) Alma			Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12) Panírozott zöldséggolyó (1,3,7) Burgonyapüré (7) Cékla savanyúság (10)			Almalé 100%-os Kukorica morzsás csirkemell csík (1) Petrezselymes rizs Coleslaw (3,7,10,12)		
	<u>Allergének:</u> 1,7,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,9,12			<u>Allergének:</u> 1,3,9			<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10,12			<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12		
	EN:833			EN:726			EN:881			EN:523			EN:898		
	ZS:27,5 SZH:111,1	TZS:8 CK:40,7	FH:24,1 SÓ:2,32	ZS:24 SZH:93,9	TZS:6 CK:27,3	FH:26,9 SÓ:1,83	ZS:30,8 SZH:123,3	TZS:4,3 CK:40,1	FH:32 SÓ:1,58	ZS:12,4 SZH:78,4	TZS:2 CK:12,3	FH:16,3 SÓ:3,8	ZS:29,8 SZH:125	TZS:4,3 CK:30,6	FH:30,9 SÓ:3,19
<b>EBÉD B</b>	Eperkrémleves (1,7,12) Parajos penne sajttal sütve (1,7)			Zöldborsóleves (1,3,9,12) Édes-savanyú csirkeragu (6,12) Párolt rizs			Bableves füstölt hússal (1,3,9) Tejbedara (1,7) Kakaós szórat Alma			Zöldségleves fridattal (1,3,7,9,12) Amerikai sajtos tészta (1,7)			Almalé 100%-os Harcspaprikás (1,4,7) Galuska (1,3)		
	<u>Allergének:</u> 1,7,12			<u>Allergének:</u> 1,3,6,9,12			<u>Allergének:</u> 1,3,7,9			<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12			<u>Allergének:</u> 1,3,4,7		
	EN:659			EN:688			EN:619			EN:644			EN:731		
	ZS:17,5 SZH:103,1	TZS:4,8 CK:40,4	FH:20,5 SÓ:0,57	ZS:17 SZH:101	TZS:1,8 CK:18,1	FH:26,4 SÓ:2,45	ZS:20,6 SZH:85,8	TZS:8,4 CK:48,4	FH:27,1 SÓ:2,12	ZS:25,5 SZH:77,2	TZS:10 CK:12,6	FH:23,4 SÓ:1,93	ZS:19,4 SZH:103,9	TZS:5,9 CK:24,3	FH:31,1 SÓ:0,7
<b>VACSORA</b>	Sertés fasírtgolyó Tököfélék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)			Sült debreceni Mustár (10) Fehér kenyér (1)			Rántott csirkemáj (1,3) Rizibizi Ecetes alm paprika (10,12)			Milánói ragu Makaróni tészta (1) Sajt szórat (7)			Ásványvíz Epres joghurt (7) Kifli (1,7) Sajtos pogácsa (1,3,7,12) Banán		
	<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,10			<u>Allergének:</u> 1,3,10,12			<u>Allergének:</u> 1,7			<u>Allergének:</u> 1,3,7,12		
	EN:465			EN:714			EN:873			EN:651			EN:518		
	ZS:14,5 SZH:46,8	TZS:5,3 CK:12,7	FH:23,6 SÓ:2,24	ZS:43,9 SZH:49,3	TZS:16 CK:1,6	FH:30,6 SÓ:5,25	ZS:20,6 SZH:123,1	TZS:3,9 CK:2,3	FH:45,2 SÓ:2,38	ZS:24,1 SZH:74,2	TZS:9 CK:16,9	FH:33,3 SÓ:3,02	ZS:8,6 SZH:93,2	TZS:4 CK:28,7	FH:12,5 SÓ:1,88

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztiszennyeződéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek; 15. Kérgek, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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 (\*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.


**TUDJ MEG TÖBBET!**

**A HÜSMENTES NAP**  
fenntarthatósági program a


szakmai ajánlásával jött létre.

Pécs

Kollégium

2026. 06. 08.–2026. 06. 12.

**hétfő**

**kedd**

**szerda**

**csütörtök**

**péntek**

**REGGELI**

Tea  
Tojásrántotta (3,7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Zöldpaprika

Allergének:  
1,3,7

EN:558  
ZS:20,2  
SZH:65,4  
TZS:3,4  
FH:23,3  
SÓ:2,25

Tea  
Reszelt sajt (7)  
Margarin  
Zsemle (1)  
Jégcsapretek

Allergének:  
1,7

EN:522  
ZS:15,7  
SZH:72  
TZS:8,8  
FH:19,2  
SÓ:2,17

Tea  
Sertés párizsi  
Magyaros vajkrém (7)  
Teljes kiőrlésű zsemle (1)  
Kígyóborka

Allergének:  
1,7

EN:443  
ZS:12,2  
SZH:66,8  
TZS:5,7  
FH:13,4  
SÓ:2,13

Tejbedara (1,7)  
Kakaós szórat

Allergének:  
1,7

EN:329  
ZS:8,6  
SZH:51,5  
TZS:5,7  
FH:10,8  
SÓ:0,58

Tea  
Vaníliás túrókrém (7)  
Zsemle (1)

Allergének:  
1,7

EN:415  
ZS:3,9  
SZH:76,8  
TZS:1,9  
FH:14,1  
SÓ:1,31

**EBÉD A**

Daragaluska leves (1,3,9,12)  
Ananászos csirkeragu (1,7)  
Párolt rizs

Allergének:  
1,3,7,9,12

EN:645  
ZS:16,7  
SZH:94  
TZS:1,9  
FH:24  
SÓ:1,46

Almalé 100%-os  
Paprikás burgonya virslivel (12)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)  
Cékla savanyúság (10)

Allergének:  
1,10,12

EN:693  
ZS:25,6  
SZH:89,5  
TZS:10,2  
FH:19,4  
SÓ:4,31

Sárgaborsó krémleves (1)  
Színes levesgyöngy (1,3,7)  
Tejfölös túró (7)  
Fodros metélt (1)  
Porcukor szórat

Allergének:  
1,3,7

EN:827  
ZS:26,2  
SZH:110,8  
TZS:8,1  
FH:32,7  
SÓ:0,71

Tarhonyaleves (1,12)  
Csirkepörkölt (1)  
Zöldbabfőzelék (1,7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,7,12

EN:544  
ZS:16  
SZH:60,9  
TZS:3,4  
FH:29,5  
SÓ:2,23

Paradisomleves (1,3,9)  
Panírozott halfilé (1,4,7,10)  
Zöldséges bulgur (1)  
Házi vegyes saláta

Allergének:  
1,3,4,7,9,10

EN:862  
ZS:26,4  
SZH:119,2  
TZS:2,8  
FH:26,1  
SÓ:2,16

**EBÉD B**

Daragaluska leves (1,3,9,12)  
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)  
Makaróni tészta (1)

Allergének:  
1,3,7,9,10,12

EN:684  
ZS:26,4  
SZH:86,2  
TZS:6,5  
FH:24,2  
SÓ:1,13

Almalé 100%-os  
Rakott zöldbab (1,7)  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,7

EN:584  
ZS:20,5  
SZH:71,7  
TZS:5,3  
FH:26  
SÓ:0,66

Sárgaborsó krémleves (1)  
Színes levesgyöngy (1,3,7)  
Rántott sajtgolyó (1,7)  
Petrezselymes rizs  
Tartármártás (3,7,10,12)

Allergének:  
1,3,7,10,12

EN:1053  
ZS:45,1  
SZH:128,2  
TZS:9,6  
FH:26  
SÓ:4,07

Tarhonyaleves (1,12)  
Chilis bab  
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:  
1,12

EN:737  
ZS:22,9  
SZH:91,9  
TZS:7,2  
FH:39,2  
SÓ:1,54

Paradisomleves (1,3,9)  
Reszelt csirkemáj (1)  
Tört burgonya (12)  
Házi vegyes saláta

Allergének:  
1,3,9,12

EN:740  
ZS:17,7  
SZH:100,7  
TZS:5,3  
FH:36,1  
SÓ:1,61

**VACSORA**

Tea  
Hamburger (1,3,6,7,10,12)

Allergének:  
1,3,6,7,10,12

EN:637  
ZS:26,6  
SZH:78  
TZS:11  
FH:19,7  
SÓ:2,66

Limonádé (12)  
Langalló (1,7)

Allergének:  
1,7,12

EN:569  
ZS:26,3  
SZH:63,1  
TZS:13,2  
FH:19,2  
SÓ:1,87

Alföldi húsos galuska (1,3)  
Cékla savanyúság (10)

Allergének:  
1,3,10

EN:725  
ZS:31,8  
SZH:80,4  
TZS:11,7  
FH:26,5  
SÓ:2,91

Sertés fasírtgolyó  
Majonézes burgonyasaláta (3,7,10,12)

Allergének:  
3,7,10,12

EN:721  
ZS:32,1  
SZH:64,5  
TZS:10,4  
FH:25,4  
SÓ:1,73

Ásványvíz  
Kockasajt (7)  
Teljes kiőrlésű kifli (1)  
Pizzás csiga (1,7,12)  
Alma

Allergének:  
1,7,12

EN:363  
ZS:13,3  
SZH:48,2  
TZS:7,5  
FH:10,2  
SÓ:1,91

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzsennyeződéssel 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. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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 (\*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG TÖBBET!



A HÜSMENTES NAP fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.

Pécs

Kollégium

2026. 06. 15.–2026. 06. 19.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>REGGELI</b>	Tea Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér (1) Paradicsom  <u>Allergének:</u> 1 EN:426 ZS:10,9 SZH:65,7	Tea Főtt virsli Teljes kiőrlésű kenyér (1) Ketchup  <u>Allergének:</u> 1 EN:538 ZS:19,3 SZH:68,1	Kakaós tej (7) Füstölt pulykaprizsi Vajkrém (7) Zsemle (1) Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:575 ZS:15,7 SZH:80,9	Tea Paprikás szalámi Margarin Teljes kiőrlésű zsemle (1) Jégcsapretek  <u>Allergének:</u> 1 EN:448 ZS:13,6 SZH:65,8	Tea Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1) Kígyóuborka  <u>Allergének:</u> 1 EN:438 ZS:12,8 SZH:64,7
<b>EBÉD A</b>	Almalé 100%-os Rakott burgonya (3,6,7,12) Csemegeuborka (10,12)  <u>Allergének:</u> 3,6,7,10,12 EN:736 ZS:30,2 SZH:76	Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9) Csokoládés gombóc (1,3,7) Porcukor szórat Teljes kiőrlésű kenyér (1)  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:1163 ZS:20,8 SZH:193,8	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Főtt tojás (3) Zöldborsófőzelék (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér (1) Banán  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:653 ZS:13,7 SZH:86,9	Köménymagleves (1) Pírtott zsemlekocka (1) Kukoricás csirkeragu (1,7) Párolt rizs  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:773 ZS:31,5 SZH:90,4	Fokhagyma krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Bolognai sertésragu (9) Teljes kiőrlésű spagetti (1) Sajt szórat (7)  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12 EN:953 ZS:44 SZH:88,7
<b>EBÉD B</b>	Almalé 100%-os Bácskai rizseshús Csemegeuborka (10,12)  <u>Allergének:</u> 10,12 EN:714 ZS:27,3 SZH:96,1	Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9) Carbonara szósz (1,7) Penne tészta (1) Teljes kiőrlésű kenyér (1)  <u>Allergének:</u> 1,3,7,9 EN:1164 ZS:51,1 SZH:124,8	Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12) Reszelt sajt (7) Tejföl (7) Farfalle (1) Banán  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:801 ZS:31,4 SZH:98,3	Köménymagleves (1) Pírtott zsemlekocka (1) Főtt sertésszellet Meggymártás (1,7) Pírtott dara (1)  <u>Allergének:</u> 1,7 EN:780 ZS:23,8 SZH:106,2	Fokhagyma krémleves (1,7,12) Leves gyöngy (1,3,7) Fűszeres csirkeszárnyak Steak burgonya Házi vegyes saláta  <u>Allergének:</u> 1,3,7,12 EN:973 ZS:41,7 SZH:96,7
<b>VACSORA</b>	Sertésflekken Hagymás tört burgonya (12) Párolt káposzta  <u>Allergének:</u> 12 EN:699 ZS:27,4 SZH:75,3	Sült csirkecomb Rizibizi Színes vegyesaláta (12)  <u>Allergének:</u> 12 EN:931 ZS:49 SZH:74,3	Tarhonyás hús (1) Cékla savanyúság (10)  <u>Allergének:</u> 1,10 EN:587 ZS:22,4 SZH:73	Tea Orosz hússaláta (3,7,10,12) Zsemle (1)  <u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12 EN:752 ZS:30,1 SZH:91,3	Ásványvíz Piros gyümölcsös joghurt (7) Kifli (1,7) Kakaós csiga (1,3,7) Ostyaasztal (1,3,6,7) Alma  <u>Allergének:</u> 1,3,6,7 EN:658 ZS:21,9 SZH:96

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A 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 (\*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



TUDJ MEG  
TÖBBET!



A HÜSMENTES NAP  
fenntarthatósági program a



szakmai ajánlásával jött létre.