

Étlap

normál

2025.04.07. - 2025.04.13.



Nyomtatás: 2025.04.01. 7:41

Nyomtatta: Varga Márta

Mezőberényi Általános Iskola, Művészeti Isk. és Kollégium (Luther tér)

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

04.07

Gyümölcs tea
Sajtosrúd

Babgulyás
Tejbedara
Fahéjszórás

Gépsonka
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Kedd

04.08

Forralt tej
Foszlós kalács

Daragaluska leves
Natúr sertésszelet
Kerti főzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Kockasajt
Kifli
Paradicsom

Szerda

04.09

Gyümölcs tea
Házi tojáskrém
Kenyer félbarna szeletelt
Lilahagyma

Paradicsomleves
Csirkés színes rizottó
Reszelt sajt

Gyümölcsjoghurt poharas
Kifli teljes kiőrlésű

Csütörtök

04.10

Gyümölcs tea
Sajtszelet
Delma margarin

Magyaros zöldségleves
Húsgombóc
Burgonyás brokkolifőzelék

Csemege kolbász
Delma margarin
Vizes zsemle (Félegyházi
Pékség)
Rágórépa

Péntek

04.11

Kakaó
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Zöldpaprika

Gombakrémleves
Pirított napraforgómag
Főtt durum spagetti
Sajt-tejföl feltét

Almás táská



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0056
5650 Mezőberény, Petőfi u. 14/b.
Telefon: - Fax: -

- Mezőberényi Általános Iskola, Művészeti Isk. és Kollégium (Luther tér) (Iskola)

2025.04.07. - 2025.04.13.

Étkezés / Menü	Hétfő 04.07	Kedd 04.08	Szerda 04.09	Csütörtök 04.10	Péntek 04.11
tízórai / A	Gyümölcs tea (12;) Sajtosrúd (1;3;6;7;12;) EN: 751.7 kJ, 179.8 kcal; FH: 6.5 g; SZH: 31.4 g; ZS: 3 g; TZS: 1.7 g; SÓ: 0.9 g; CK: 8 g;	Forralt tej (7;) Foszlós kalács (1;3;6;7;) EN: 1214.6 kJ, 289.6 kcal; FH: 11.9 g; SZH: 41.8 g; ZS: 8.3 g; TZS: 4.2 g; SÓ: 0.8 g; CK: 15.4 g;	Gyümölcs tea (12;) Házi tojáskrém (1;3;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Lilahagyma (12;) EN: 919.3 kJ, 219.8 kcal; FH: 8.6 g; SZH: 37.2 g; ZS: 3.7 g; TZS: 1.1 g; SÓ: 1.5 g; CK: 9.1 g;	Gyümölcs tea (12;) Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) EN: 588.1 kJ, 140.7 kcal; FH: 5.7 g; SZH: 8.6 g; ZS: 9.1 g; TZS: 4.5 g; SÓ: 0.6 g; CK: 8.4 g;	Kakaó (1;5;6;7;8;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Zöldpaprika EN: 1174.3 kJ, 279.9 kcal; FH: 11.3 g; SZH: 41.6 g; ZS: 7.5 g; TZS: 3.2 g; SÓ: 0.9 g; CK: 18.2 g;
ebéd / A	Babgulyás (1;3;9;10;12;) Tejbedara (1;7;) Fahéjszórás (1;10;) EN: 2571.6 kJ, 613.1 kcal; FH: 25.4 g; SZH: 86.4 g; ZS: 18.4 g; TZS: 6.6 g; SÓ: 1.1 g; CK: 41.3 g;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Natúr sertésszelet (1;12;) Kerti főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 2410.1 kJ, 577.3 kcal; FH: 30.1 g; SZH: 65.3 g; ZS: 21.3 g; TZS: 4.4 g; SÓ: 2.8 g; CK: 11.9 g;	Paradicsomleves (1;3;9;12;) Csirkés színes rizottó (12;) Reszelt sajt (7;) EN: 2868.6 kJ, 687.4 kcal; FH: 29.2 g; SZH: 100.5 g; ZS: 18.4 g; TZS: 5.6 g; SÓ: 2.5 g; CK: 24.9 g;	Magyaros zöldségleves (1;3;7;9;12;) Húsgombóc (3;12;) Burgonyás brokkolifőzelék (1;3;6;7;9;10;12;) EN: 1817 kJ, 435.8 kcal; FH: 17.9 g; SZH: 41.8 g; ZS: 21.6 g; TZS: 5.5 g; SÓ: 1.9 g; CK: 4.3 g;	Gombakrémleves (1;7;12;) Pirított napraforgómag (8;11;12;) Főtt durum spagetti (1;3;) Sajt-tejföl feltét (7;) EN: 3278.3 kJ, 786.9 kcal; FH: 26.2 g; SZH: 70 g; ZS: 40.7 g; TZS: 13.9 g; SÓ: 2 g; CK: 3.6 g;
uzsonna / A	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 761.3 kJ, 182.1 kcal; FH: 9.3 g; SZH: 23.6 g; ZS: 5.5 g; TZS: 1.5 g; SÓ: 0.8 g; CK: 0.3 g;	Kockasajt (7;) Kifli (1;6;7;) Paradicsom EN: 771.8 kJ, 184.7 kcal; FH: 7.1 g; SZH: 29.5 g; ZS: 4 g; TZS: 2.5 g; SÓ: 0.8 g; CK: 1 g;	Gyümölcsjoghurt poharas (1;7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) EN: 1221.1 kJ, 292.2 kcal; FH: 10.9 g; SZH: 46.7 g; ZS: 6.6 g; TZS: 3.2 g; SÓ: 1 g; CK: 22 g;	Csemege kolbász (6;) Delma margarin (7;) Vizes zsemle (Félegyházi Pékség) (1;) Rágórépa (12;) EN: 1082.3 kJ, 258.8 kcal; FH: 8.3 g; SZH: 32.7 g; ZS: 10.2 g; TZS: 2.7 g; SÓ: 1 g; CK: 0.7 g;	Almás táska (1;3;6;7;8;9;10;11;12;) EN: 937.3 kJ, 224 kcal; FH: 3.7 g; SZH: 29.7 g; ZS: 9.7 g; TZS: 4.4 g; SÓ: 0 g; CK: 9.4 g;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek

Étlap

diétás
2025.04.07. - 2025.04.13.



Nyomtatás: 2025.04.01. 7:42
Nyomtatta: Varga Márta

Mezőberényi Általános Iskola, Művészeti Isk. és Kollégium (Luther tér)

Mitykó Máté Ákos - LM - Laktózmentes

ebéd

Hétfő

04.07

Zellerleves tejmentes
Aprópecsenye parad.püre nélkül
Bulgur
Alma

Kedd

04.08

Daragaluska leves
Fokhagymás sertéssült
Kerti főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Szerda

04.09

Paradicsomleves
Zöldséges csirkeragu
Párolt barnarizs (diab.)

Csütörtök

04.10

Zöldségleves
Húspogácsa
Burgonyás brokkolifőzelék (tejmentes)
Teljes kiőrlésű kenyér

Péntek

04.11

Zöldséges gombaleves
Laktózmentes túró Magic Milk
Laktózmentes tejföl
Tészta köret teljes kiőrlésű



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

Étlap (allergén, élettani érték)

Üzem: 0056
5650 Mezőberény, Petőfi u. 14/b.
Telefon: - Fax: -

Mezőberényi Általános Iskola, Művészeti Isk. és Kollégium (Luther tér) - Mitykó Máté Ákos - LM - Laktózmentes (Iskola)

2025.04.07. - 2025.04.13.

Étkezés / Menü	Hétfő 04.07	Kedd 04.08	Szerda 04.09	Csütörtök 04.10	Péntek 04.11
ebéd / LM	Zellerleves tejmentes (1;9;10;12;) Aprópecsenye parad.püre nélkül (1;12;) Bulgur (1;) Alma EN: 1675.6 kJ, 402.6 kcal; FH: 20.6 g; SZH: 38.7 g; ZS: 18.5 g; TZS: 3.4 g; SÓ: 2 g; CK: 16.5 g;	Daragaluska leves (1;3;9;10;12;) Fokhagymás sertéssült (1;12;) Kerti főzelék (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 1803.6 kJ, 431.9 kcal; FH: 23.5 g; SZH: 49.4 g; ZS: 15.5 g; TZS: 3.6 g; SÓ: 2.8 g; CK: 4.4 g;	Paradicsomleves (1;3;9;12;) Zöldséges csirkeragu (1;9;10;12;) Párolt barnarizs (diab.) (12;) EN: 2063.7 kJ, 494.9 kcal; FH: 22.1 g; SZH: 75.2 g; ZS: 11.4 g; TZS: 1.5 g; SÓ: 1.6 g; CK: 26.2 g;	Zöldségleves (1;9;12;) Húspogácsa (10;12;) Burgonyás brokkolífőzelék (tejmentes) (1;12;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 1585.2 kJ, 380 kcal; FH: 21.5 g; SZH: 49.3 g; ZS: 10.5 g; TZS: 2.2 g; SÓ: 2.3 g; CK: 1.3 g;	Zöldséges gombaleves (1;9;10;12;) Laktózmentes túró Magic Milk (7;) Laktózmentes tejföl (7;) Tészta köret teljes kiőrlésű (1;3;) EN: 1097.1 kJ, 263.5 kcal; FH: 11.2 g; SZH: 31.3 g; ZS: 10.3 g; TZS: 2.5 g; SÓ: 0.9 g; CK: 2 g;

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek