

Étlap

normál

2025.05.05. - 2025.05.11.



Nyomtatás: 2025.04.29. 7:24

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

05.05

Tej
Delma margarin
Teljes kiőrlésű zsemle Félegyházi

Húsos karfiolleves
Mák szórás
Metélt főtt tészta
Alma

Zala felvágott
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Kedd

05.06

Gyümölcs tea
Pulyka májas
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Rántott leves
Zsemle kocka
Sertésvagdalt
Paradicsomos káposzta
Kenyér félbarna szeletelt

Körözött
Vizes zsemle (Félegyházi Pékség)
Rágórépa

Szerda

05.07

Tej
Barack lekvár
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Kerti zöldség leves
Csicseriborsós csirkeragu
Bulgur

Nyári túrista felvágott
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Kígyóuborka

Csütörtök

05.08

Tejeskávé
kuglóf

Daragaluska leves
Főtt tojás
Parajfőzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Sajtszelet
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Paradicsom

Péntek

05.09

Gyümölcs tea
Sajtkrém natúr
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Újhagyma

Zellerkrémleves
Pirított napraforgómag
Rántott panírozott halrúd
Párolt rizs
Tartármártás

Joghurt
Kifli

Szombat

05.10

Vasárnap

05.11



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)

2025.05.05. - 2025.05.11.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.05	Kedd 05.06	Szerda 05.07	Csütörtök 05.08	Péntek 05.09
tízórai / A	Tej (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű zsemle Félégyházi (1;) EN: 1034.5 kJ, 246.5 kcal; FH: 11.5 g; SZH: 33.7 g; ZS: 7.3 g; TZS: 3 g; SÓ: 0.9 g; CK: 9.7 g;	Gyümölcs tea (12;) Pulyka májas (6;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) EN: 1058 kJ, 254.5 kcal; FH: 7.4 g; SZH: 32.2 g; ZS: 10.5 g; TZS: 3.3 g; SÓ: 0.5 g; CK: 8.5 g;	Tej (7;) Barack lekvár (12;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) EN: 1147.1 kJ, 273 kcal; FH: 10.8 g; SZH: 40.9 g; ZS: 7.2 g; TZS: 3 g; SÓ: 0.8 g; CK: 16.7 g;	Tejeskávé (1;5;7;) kuglóf (1;3;6;7;) EN: 1257.6 kJ, 299.9 kcal; FH: 11.3 g; SZH: 47 g; ZS: 7.3 g; TZS: 4.1 g; SÓ: 0.3 g; CK: 18 g;	Gyümölcs tea (12;) Sajtkrém natúr (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Újhagyma EN: 871 kJ, 208.6 kcal; FH: 8.3 g; SZH: 36.4 g; ZS: 3.5 g; TZS: 1.8 g; SÓ: 0.8 g; CK: 10.4 g;
ebéd / A	Húsos karfiollevés (1;3;6;7;9;10;12;13;) Mák szórásh Metélt főtt tészta (1;3;) Alma EN: 2872.1 kJ, 688.1 kcal; FH: 21.1 g; SZH: 92.6 g; ZS: 25.3 g; TZS: 6.8 g; SÓ: 1.3 g; CK: 35.5 g;	Rántott leves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Zsemle kocka (1;6;7;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Paradicsomos káposzta (1;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 3030.9 kJ, 727.2 kcal; FH: 24.5 g; SZH: 91.4 g; ZS: 28.8 g; TZS: 6.4 g; SÓ: 4.2 g; CK: 17.9 g;	Kerti zöldség leves (1;3;6;7;9;10;12;) Csicseriborsós csirkeragu (1;9;12;) Bulgur (1;12;) EN: 2400 kJ, 576 kcal; FH: 27.6 g; SZH: 81.4 g; ZS: 17.1 g; TZS: 2.4 g; SÓ: 2.4 g; CK: 3.8 g;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Főtt tojás (3;) Parajfőzelék (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) EN: 2118 kJ, 506.6 kcal; FH: 23.2 g; SZH: 57 g; ZS: 20.1 g; TZS: 4.5 g; SÓ: 2.1 g; CK: 6.7 g;	Zellerkrémleves (1;6;7;9;10;12;) Pirított napraforgómag (8;11;12;) Rántott panírozott halrúd (1;3;4;5;6;7;8;9;10;11;14;) Párolt rizs (10;12;) Tartármártás (3;7;8;10;12;) EN: 3934 kJ, 943.1 kcal; FH: 25.1 g; SZH: 91.9 g; ZS: 47.3 g; TZS: 10.3 g; SÓ: 4 g; CK: 6.1 g;
uzsonna / A	Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 881.1 kJ, 210.8 kcal; FH: 8.2 g; SZH: 26.3 g; ZS: 8 g; TZS: 2.6 g; SÓ: 1.6 g; CK: 0.1 g;	Körözött (1;5;6;7;8;9;10;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) Rágórépa (12;) EN: 943.5 kJ, 225.7 kcal; FH: 8.4 g; SZH: 33.5 g; ZS: 6.3 g; TZS: 3 g; SÓ: 1.6 g; CK: 1.7 g;	Nyári túrista felvágott Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) EN: 1083.6 kJ, 260.4 kcal; FH: 8.9 g; SZH: 26.9 g; ZS: 12.9 g; TZS: 4.8 g; SÓ: 1.8 g; CK: 0.5 g;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Paradicsom EN: 956.2 kJ, 228.8 kcal; FH: 10.5 g; SZH: 24.1 g; ZS: 9.8 g; TZS: 4.6 g; SÓ: 1.1 g; CK: 0.9 g;	Joghurt (7;) Kifli (1;6;7;) EN: 1112 kJ, 266 kcal; FH: 11.5 g; SZH: 37.7 g; ZS: 7.6 g; TZS: 4 g; SÓ: 1.4 g; CK: 9.2 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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek

Étlap

diétás
2025.05.05. - 2025.05.11.



Nyomtatás: 2025.04.29. 7:25

Nyomtatta: Varga Márta

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

Mitykó Máté Ákos - LM - Laktózmentes

ebéd

Hétfő

05.05

Húsgaluskaleves
Zöldséges tészta
Alma

Kedd

05.06

Rántott leves zsemlekocka nélkül
Köményes sertéssült
Paradicsomos káposzta
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi

Szerda

05.07

Kerti zöldség leves
Zöldfűszeres csirkecomb
Bulgur
Ecetes cékla édesítőszerekkel

Csütörtök

05.08

Daragaluska leves
Főtt tojás
Parajfőzelék, laktózmentes tejjel
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi

Péntek

05.09

Zellerleves tejmentes
Zöldséges-tárkonyos halragu laktózmentes
Petrezselymes burgonya

Szombat

05.10

Vasárnap

05.11



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) - Mitykó Máté Ákos - LM - Laktózmentes (Iskola)

2025.05.05. - 2025.05.11.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.05	Kedd 05.06	Szerda 05.07	Csütörtök 05.08	Péntek 05.09
ebéd / LM	Húsgaluskaleves (1;3;9;10;12;) Zöldséges tészta (1;3;8;9;10;12;) Alma EN: 1517.2 kJ, 363.8 kcal; FH: 11.1 g; SZH: 43.5 g; ZS: 15 g; TZS: 3 g; SÓ: 1.6 g; CK: 18.6 g;	Rántott leves zsemlekocka nélkül (1;10;12;) Köményes sertéssült (1;10;) Paradicsomos káposzta (1;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 2718.3 kJ, 653.4 kcal; FH: 29.8 g; SZH: 66.6 g; ZS: 29.1 g; TZS: 5.1 g; SÓ: 2.4 g; CK: 19.1 g;	Kerti zöldség leves (9;10;12;) Zöldfűszeres csirkecomb (1;10;12;) Bulgur (1;) Ecetes cékla édesítőszerekkel (10;12;) EN: 1454.8 kJ, 349.5 kcal; FH: 20.9 g; SZH: 30.4 g; ZS: 16.3 g; TZS: 2.4 g; SÓ: 2 g; CK: 3.6 g;	Daragaluska leves (1;3;9;10;12;) Főtt tojás (3;) Parajfőzelék, laktózmentes tejjel (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 1865.3 kJ, 447.3 kcal; FH: 21.8 g; SZH: 50.9 g; ZS: 17.5 g; TZS: 4.2 g; SÓ: 2.3 g; CK: 5.3 g;	Zellerleves tejmentes (1;9;10;12;) Zöldséges-tárkonyos halragu laktózmentes (1;4;7;9;10;12;) Petrezselymes burgonya (12;) EN: 1342.9 kJ, 322.3 kcal; FH: 16.8 g; SZH: 34.4 g; ZS: 12.2 g; TZS: 1.8 g; SÓ: 2.1 g; CK: 2.9 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 - Szezámag; 12 - Kén-dioxid, szulfitek; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek