

Étlap

normál

2025.05.12. - 2025.05.18.



Nyomtatás: 2025.05.07. 7:54

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

05.12

Citromos tea
Főtt tojás
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Kígyóuborka

Babgulyás
Tejben rizs
Kakaósztórás
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Gépsonka
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Kedd

05.13

Gyümölcs tea
Házi citromos halkrém
Kenyér félbarna szeletelt

Alföldi leves
Sült csirkemell
Burgonyapüré
Kenyér félbarna szeletelt
Almabefőtt

Reszelt sajt
Delma margarin
Teljes kiőrlésű zsemle Félegyházi

Szerda

05.14

Vaníliás tej
Fatörzs kifli

Gombakrémleves
Csurgatott tészta
Bácskai rizseshús
Káposztasaláta édesítőszerrel

Olasz
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Csütörtök

05.15

Citromos tea
Sertés párizsi
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Csontleves tésztával
Májas setésavdalt
Zöldborsó főzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Túró Rudi

Kockasajt
Vizes zsemle (Félegyházi Pékség)
Zöldpaprika

Péntek

05.16

Tejeskávé
Delma margarin
Kifli teljes kiőrlésű

Tárkonyos zöldség leves
Parajos penne
Reszelt sajt

Sajtos pogácsa
Alma

Szombat

05.17

Vasárnap

05.18



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)

2025.05.12. - 2025.05.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.12	Kedd 05.13	Szerda 05.14	Csütörtök 05.15	Péntek 05.16
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Főtt tojás (3;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyóuborka (12;) EN: 1066.3 kJ, 255.1 kcal; FH: 9.4 g; SZH: 36.5 g; ZS: 7.7 g; TZS: 2 g; SÓ: 1.2 g; CK: 9.6 g;	Gyümölcs tea (12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 1067.8 kJ, 255.5 kcal; FH: 8.9 g; SZH: 36.8 g; ZS: 8.3 g; TZS: 2.5 g; SÓ: 1.7 g; CK: 8.7 g;	Vaníliás tej (7;) Fatörzs kifli (1;3;5;6;7;8;) EN: 1255.8 kJ, 299.4 kcal; FH: 11.6 g; SZH: 45.2 g; ZS: 8 g; TZS: 4.1 g; SÓ: 0.3 g; CK: 21.9 g;	Citromos tea (1;12;) Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 1025 kJ, 245.2 kcal; FH: 7.6 g; SZH: 35.7 g; ZS: 7.7 g; TZS: 2.5 g; SÓ: 1.6 g; CK: 9.2 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Delma margarin (7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) EN: 1184.5 kJ, 282.4 kcal; FH: 11.8 g; SZH: 42.3 g; ZS: 7.3 g; TZS: 3 g; SÓ: 0.9 g; CK: 18 g;
ebéd / A	Babgulyás (1;3;9;10;12;) Tejben rizs (7;) Kakaósztórás (1;5;6;7;8;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 3430.9 kJ, 819 kcal; FH: 29.9 g; SZH: 131.2 g; ZS: 19.2 g; TZS: 6.6 g; SÓ: 1.8 g; CK: 44.5 g;	Alföldi leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sült csirkemell (1;12;) Burgonyapüré (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Almabefőtt (12;) EN: 2363.6 kJ, 566.3 kcal; FH: 30.6 g; SZH: 84 g; ZS: 11.6 g; TZS: 2.3 g; SÓ: 3.8 g; CK: 15.3 g;	Gombakrémleves (1;7;12;) Csurgatott tészta (1;3;) Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Káposztasaláta édesítőszerekkel (10;12;) EN: 2796.2 kJ, 670.2 kcal; FH: 22.9 g; SZH: 77.9 g; ZS: 25.6 g; TZS: 8.4 g; SÓ: 1.7 g; CK: 4.6 g;	Csontleves tésztával (1;3;6;9;10;12;) Májas setésvagdalt (1;3;5;6;7;8;10;12;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Túró Rudi (5;6;7;8;) EN: 3237 kJ, 774.9 kcal; FH: 34.8 g; SZH: 95 g; ZS: 27.9 g; TZS: 9.7 g; SÓ: 3.1 g; CK: 24 g;	Tárkonyos zöldség leves (1;3;7;8;9;10;12;) Parajos penne (1;3;6;7;10;12;) Reszelt sajt (7;) EN: 2903.1 kJ, 696.7 kcal; FH: 21.7 g; SZH: 75.6 g; ZS: 33.8 g; TZS: 9.5 g; SÓ: 2 g; CK: 6 g;
uzsonna / A	Gépsonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 807.2 kJ, 193.1 kcal; FH: 9.6 g; SZH: 26.3 g; ZS: 5.4 g; TZS: 1.6 g; SÓ: 1.3 g; CK: 0.1 g;	Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű zsemle Félegyházi (1;) EN: 973.3 kJ, 232.9 kcal; FH: 11 g; SZH: 24.6 g; ZS: 9.9 g; TZS: 4.6 g; SÓ: 1.1 g; CK: 0.3 g;	Olasz (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 910.2 kJ, 217.8 kcal; FH: 7.5 g; SZH: 23.5 g; ZS: 10.3 g; TZS: 3.3 g; SÓ: 1.4 g; CK: 0.3 g;		Sajtos pogácsa (1;3;7;11;) Alma EN: 1511.6 kJ, 362.7 kcal; FH: 1.6 g; SZH: 36.5 g; ZS: 21.6 g; TZS: 6.5 g; SÓ: 0 g; CK: 15.5 g;
uzsonna / D				Kockasajt (7;) Vizes zsemle (Félegyházi Pékség) (1;) Zöldpaprika EN: 828.8 kJ, 198.3 kcal; FH: 9.2 g; SZH: 32.9 g; ZS: 3.1 g; TZS: 1.6 g; SÓ: 1.1 g; CK: 0.8 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, szulfitok; 13 - Csillagfűt; 14 - Puhatestűek

Étlap

diétás
2025.05.12. - 2025.05.18.



Nyomtatás: 2025.05.07. 7:55

Nyomtatta: Varga Márta

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

Mitykó Máté Ákos - LM - Laktózmentes

ebéd

Hétfő

05.12

Hamis gulyásleves
Laktózmentes túró Magic Milk
Laktózmentes tejföl
Tészta köret teljes kiőrlésű

Kedd

05.13

Alföldi leves
Natúr csirkemell
Tökfőzelék laktózmentes tejföllel diab.
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi
Alma

Szerda

05.14

Zöldséges gombaleves
Sertéspörkölt
Párolt rizs (diab.)
Káposztasaláta édesítőszerrel

Csütörtök

05.15

Csontleves
Tészta levesbetét
Sült sertésvirsli
Zöldborsó főzelék laktózmentes (cukormentes)
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi

Péntek

05.16

Zöldségleves
Rozmaringos sertéssült
Kuskusz
Vitamin saláta

Szombat

05.17

Vasárnap

05.18



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)

2025.05.12. - 2025.05.18.

Étkezés / Menü	Hétfő 05.12	Kedd 05.13	Szerda 05.14	Csütörtök 05.15	Péntek 05.16
ebéd / LM	Hamis gulyásleves (9;10;12;) Laktózmentes túró Magic Milk (7;) Laktózmentes tejföl (7;) Tészta köret teljes kiőrlésű (1;3;) EN: 1122.6 kJ, 269.5 kcal; FH: 9.4 g; SZH: 35.9 g; ZS: 9.6 g; TZS: 2.4 g; SÓ: 0.8 g; CK: 2.9 g;	Alföldi leves (1;3;9;10;12;) Natúr csirkemell (1;) Tökfőzelék laktózmentes tejföllel diab. (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) Alma EN: 2352.6 kJ, 565 kcal; FH: 28.3 g; SZH: 64.1 g; ZS: 21.1 g; TZS: 3.9 g; SÓ: 2.3 g; CK: 17.3 g;	Zöldséges gombaleves (1;9;10;12;) Sertéspörkölt (1;9;12;) Párolt rizs (diab.) (12;) Káposztasaláta édesítőszerrel (10;12;) EN: 2275.7 kJ, 546.2 kcal; FH: 20.6 g; SZH: 45.3 g; ZS: 31 g; TZS: 7.7 g; SÓ: 2.1 g; CK: 4.5 g;	Csontleves (1;6;9;10;12;) Tészta levesbetét (1;3;) Sült sertésvirslis (6;7;9;10;) Zöldborsó főzelék laktózmentes (cukormentes) (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 2700.3 kJ, 648.6 kcal; FH: 29.9 g; SZH: 68.6 g; ZS: 28.2 g; TZS: 8.7 g; SÓ: 2.2 g; CK: 14.4 g;	Zöldségleves (1;9;12;) Rozmaringos sertéssült (1;12;) Kuszkusz (1;) Vitamin saláta (12;) EN: 1309.7 kJ, 314.3 kcal; FH: 17.1 g; SZH: 34 g; ZS: 11.7 g; TZS: 2.4 g; SÓ: 1.5 g; CK: 0.8 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