

Étlap

normál

2025.06.02. - 2025.06.08.



Nyomtatás: 2025.05.28. 8:17

Nyomtatta: Varga Márta

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

06.02

Forralt tej
Natúr vajkrém
Vizes zsemle (Félegyházi Pékség)

Gulyásleves
Aranygaluska
Vanília öntet
Alma

Csirkemell sonka
Delma margarin
Magos szórt zsemle

Kedd

06.03

Gyümölcs tea
Zala felvágott
Delma margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Daragaluska leves
Dínó nuggets, tepsiben sütve
Tökfőzelék
Kenyér félbarna szeletelt

Sajtszelet
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Kígyóuborka

Szerda

06.04

Citromos tea
Kenőmájas
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Eszterházy krémleves
Csurgatott tészta
Paprikás burgonya virslivel
Csalamádé édesítőszerekkel

Molnárka
Delma margarin

Csütörtök

06.05

Citromos tea
Házi citromos halkrém
Kenyér félbarna szeletelt

Fahéjas almaleves
Mexikói sertés ragu
Párolt rizs

Sertés párizsi
Delma margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi
Paradicsom

Péntek

06.06

Tejeskávé
Kifli teljes kiőrlésű
Delma margarin
Zöldpaprika

Zöldséges tarhonyaleves
Főtt tojás
Zöldborsó főzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér
Félegyházi

Sajtos pogácsa

Szombat

06.07

Vasárnap

06.08



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)

2025.06.02. - 2025.06.08.

Étkezés / Menü	Hétfő 06.02	Kedd 06.03	Szerda 06.04	Csütörtök 06.05	Péntek 06.06
tízórai / A	Forralt tej (7;) Natúr vajkrém (7;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) EN: 1306.2 kJ, 311.5 kcal; FH: 11.6 g; SZH: 40.6 g; ZS: 11.4 g; TZS: 6 g; SÓ: 1.1 g; CK: 10.1 g;	Gyümölcs tea (12;) Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 1022.7 kJ, 244.7 kcal; FH: 8.2 g; SZH: 34.5 g; ZS: 8 g; TZS: 2.6 g; SÓ: 1.6 g; CK: 8.2 g;	Citromos tea (1;12;) Kenőmájás (1;3;6;7;9;10;11;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) EN: 1061 kJ, 253.8 kcal; FH: 9.6 g; SZH: 33 g; ZS: 9 g; TZS: 3.8 g; SÓ: 1.3 g; CK: 9.4 g;	Citromos tea (1;12;) Házi citromos halkrém (1;3;4;6;7;9;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 1096.8 kJ, 262.4 kcal; FH: 9 g; SZH: 38.1 g; ZS: 8.4 g; TZS: 2.5 g; SÓ: 1.7 g; CK: 9.8 g;	Tejeskávé (1;5;7;) Kifli teljes kiőrlésű (1;6;7;) Delma margarin (7;) Zöldpaprika EN: 1201.3 kJ, 286.4 kcal; FH: 12 g; SZH: 42.9 g; ZS: 7.3 g; TZS: 3 g; SÓ: 0.9 g; CK: 18.5 g;
ebéd / A	Gulyásleves (1;3;9;10;12;) Aranygaluska (1;3;5;6;7;8;11;) Vanília öntet (7;) Alma EN: 3853 kJ, 919.2 kcal; FH: 26.5 g; SZH: 105.6 g; ZS: 45.1 g; TZS: 30.7 g; SÓ: 1.7 g; CK: 52.2 g;	Daragaluska leves (1;3;6;7;8;9;10;12;) Dínó nuggets, tepsiben sütvé (1;3;6;7;9;) Tökfőzelék (1;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) EN: 2900.5 kJ, 696 kcal; FH: 20.1 g; SZH: 78.4 g; ZS: 32.5 g; TZS: 6.2 g; SÓ: 2.3 g; CK: 7.3 g;	Eszterházy krémleves (1;3;6;7;9;10;12;13;) Csurgatott tészta (1;3;) Paprikás burgonya virslivel (1;3;6;7;9;10;12;) Csalamádé édesítőszerrel (9;10;12;) EN: 2146.7 kJ, 514.6 kcal; FH: 17.5 g; SZH: 63.7 g; ZS: 20.5 g; TZS: 5.1 g; SÓ: 4.3 g; CK: 5.3 g;	Fahéjas almaleves (1;7;10;12;) Mexikói sertés ragu (1;9;12;) Párolt rizs (10;12;) EN: 3045.2 kJ, 729.7 kcal; FH: 21.2 g; SZH: 96.1 g; ZS: 28.6 g; TZS: 8.7 g; SÓ: 2 g; CK: 23.5 g;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;7;9;10;12;) Főtt tojás (3;) Zöldborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12;13;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) EN: 1993.4 kJ, 476.4 kcal; FH: 24.7 g; SZH: 60.2 g; ZS: 14.5 g; TZS: 2.9 g; SÓ: 2.1 g; CK: 11.7 g;
uzsonna / A	Csirkemell sonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Magos szőrt zsemle (1;6;7;11;) EN: 839.8 kJ, 200.9 kcal; FH: 9.6 g; SZH: 29.2 g; ZS: 5 g; TZS: 1.2 g; SÓ: 1.3 g; CK: 1.2 g;	Sajtszelet (7;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Kígyóuborka (12;) EN: 953.6 kJ, 228.2 kcal; FH: 10.5 g; SZH: 24.4 g; ZS: 9.7 g; TZS: 4.6 g; SÓ: 1.1 g; CK: 1 g;	Molnárka (1;3;6;7;) Delma margarin (7;) EN: 918.7 kJ, 219.8 kcal; FH: 5.7 g; SZH: 29.8 g; ZS: 8.5 g; TZS: 3 g; SÓ: 0.7 g;	Sertés párizsi (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi (1;) Paradicsom EN: 823.6 kJ, 197 kcal; FH: 7.4 g; SZH: 23.8 g; ZS: 7.8 g; TZS: 2.4 g; SÓ: 1 g; CK: 0.5 g;	Sajtos pogácsa (1;3;7;11;) EN: 1293.5 kJ, 310.5 kcal; FH: 1 g; SZH: 26 g; ZS: 21 g; TZS: 6.5 g; SÓ: 0 g; CK: 0.5 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 - Csillagfű; 14 - Puhatestűek

Étlap

diétás
2025.06.02. - 2025.06.08.



Nyomtatás: 2025.05.28. 8:18

Nyomtatta: Varga Márta

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

Mitykó Máté Ákos - LM - Laktózmentes

ebéd

Hétfő

06.02

Tárkonyos csirkeraguleves
Magyaros spagetti tk. tésztából diab.
Alma

Kedd

06.03

Daragaluska leves
Aprópecsenye parad.püre nélkül
Tökfőzelék laktózmentes tejföllel diab.
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi

Szerda

06.04

Zöldségkrémleves
Sült sertésvirsli
Paprikás burgonya
Vitamin saláta

Csütörtök

06.05

Fahéjas almaleves LAKTÓZMENTES TEJFÖLLEL
Zöldséges csirkeragu
Párolt barnarizs (diab.)

Péntek

06.06

Zöldséges tarhonyaleves
Főtt tojás
Zöldborsó főzelék laktózmentes (cukormentes)
Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félégyházi

Szombat

06.07

Vasárnap

06.08



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)

2025.06.02. - 2025.06.08.

Étkezés / Menü	Hétfő 06.02	Kedd 06.03	Szerda 06.04	Csütörtök 06.05	Péntek 06.06
ebéd / LM	Tárkonyos csirkeraguleves (1;7;9;10;12;) Magyaros spagetti tk. tésztából diab. (1;3;6;7;9;12;) Alma EN: 2272.4 kJ, 544.9 kcal; FH: 34.2 g; SZH: 54.7 g; ZS: 20.3 g; TZS: 4.3 g; SÓ: 2.8 g; CK: 20.3 g;	Daragaluska leves (1;3;9;10;12;) Aprópecsenye parad.püre nélkül (1;12;) Tökfőzelék laktózmentes tejföllel diab. (1;7;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 2184.7 kJ, 524.7 kcal; FH: 25 g; SZH: 49.6 g; ZS: 24.8 g; TZS: 5.9 g; SÓ: 2.5 g; CK: 2.9 g;	Zöldségkrémleves (1;6;7;9;10;12;) Sült sertésvirsli (6;7;9;10;) Paprikás burgonya (9;12;) Vitamin saláta (12;) EN: 1885.8 kJ, 454.1 kcal; FH: 14.2 g; SZH: 42 g; ZS: 24.9 g; TZS: 8.1 g; SÓ: 1.2 g; CK: 3.5 g;	Fahéjas almaleves LAKTÓZMENTES TEJFÖLLEL (1;7;10;12;) Zöldséges csirkeragu (1;9;10;12;) Párolt barnarizs (diab.) (12;) EN: 1788.9 kJ, 428.7 kcal; FH: 19.7 g; SZH: 57.5 g; ZS: 12.7 g; TZS: 3.6 g; SÓ: 1.3 g; CK: 20 g;	Zöldséges tarhonyaleves (1;3;9;10;12;) Főtt tojás (3;) Zöldborsó főzelék laktózmentes (cukormentes) (1;7;10;12;) Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1;) EN: 2461.4 kJ, 589.2 kcal; FH: 31.2 g; SZH: 77.5 g; ZS: 17 g; TZS: 3.7 g; SÓ: 2.1 g; CK: 14.1 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