

Étlap

normál

2025.12.08. - 2025.12.14.



Nyomtatás: 2025.12.02. 6:16

Nyomtatta: Bitai László

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

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

12.08

Tejeskávé
Foszlós kalács

Paradicsomleves
Krém-gombás szárnyasragu*
Párolt rizs

Reszelt sajt
Ewa margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Jégcsapretek

Kedd

12.09

Gyümölcs tea
Sertés párizsi
Ewa margarin
Kenyér félbarna szeletelt

Vajasgaluska leves
Sült kolbász
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Sertés zsír
Teljes kiőrlésű zsemle
Félegyházi
Zöldpaprika

Szerda

12.10

Gyümölcs tea
Sajtkrém natúr
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi
Kígyóuborka

Eresztett tojás leves
Párizsi csirkemell filé
Petrezselymes burgonya
Csemege uborka édesítő
szerekkel

Gépsonka
Ewa margarin
Kenyér félbarna szeletelt
Kígyóuborka

Csütörtök

12.11

Citromos tea
Körözött
Kenyér félbarna szeletelt

Tárkonyos halgaluskaleves
Dejós szórás
Főtt metélt tészta
Alma

Olasz
Ewa margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Péntek

12.12

Forralt tej
Vajkrém ízesített
Teljes kiőrlésű zsemle
Félegyházi
Jégcsapretek

Gyümölcsleves
Paprikás burgonya virslivel
Csalamádé édesítőszerrel

Gesztenyész rúd

Szombat

12.13

Gyümölcs tea
Főtt tojás
Ewa margarin
Teljes kiőrlésű szeletelt
rozskenyér Félegyházi

Tejfölös karfiolleves
Négysajtos brokkoliszós
Félbarna kenyér
Gnocchi

Müzli szelet
Alma



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

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

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

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
tízórai	Tejeskávé (1;5;7) EN:522.08 kJ; 123.91 kcal; FH:6.30 g; SZH:18.01 g; ZS:3.01 g; TZS:2.01 g; SÓ:0.27 mg; CK:18.01 g; Foszlós kalács (1;3;6;7) EN:842.58 kJ; 201.57 kcal; FH:5.90 g; SZH:32.43 g; ZS:5.26 g; TZS:2.16 g; SÓ:0.52 mg; CK:6.00 g;	Gyümölcs tea (12) EN:141.58 kJ; 33.87 kcal; FH:0.02 g; SZH:8.20 g; ZS:0.01 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:8.04 g; Sertés párizsi (6;7;9;10) EN:178.25 kJ; 42.64 kcal; FH:2.38 g; SZH:0.04 g; ZS:3.64 g; TZS:1.38 g; SÓ:0.45 mg; Ewa margarin (7) EN:74.00 kJ; 18.00 kcal; ZS:2.00 g; TZS:0.60 g; SÓ:0.00 mg; Kenyér félbarna szeletelt (1;6) EN:540.54 kJ; 129.31 kcal; FH:4.90 g; SZH:26.15 g; ZS:0.50 g; TZS:0.15 g; SÓ:1.00 mg; CK:0.10 g;	Gyümölcs tea (12) EN:141.58 kJ; 33.87 kcal; FH:0.02 g; SZH:8.20 g; ZS:0.01 g; TZS:0.00 g; SÓ:0.00 mg; CK:8.04 g; Sajtkrém natúr (7) EN:167.25 kJ; 40.25 kcal; FH:2.75 g; SZH:1.05 g; ZS:2.75 g; TZS:1.73 g; SÓ:0.31 mg; CK:0.90 g; Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1) EN:494.67 kJ; 118.34 kcal; FH:4.63 g; SZH:23.44 g; ZS:0.61 g; TZS:0.04 g; SÓ:0.48 mg; CK:0.30 g; Kígyóborka (12) EN:12.40 kJ; 3.00 kcal; FH:0.14 g; SZH:0.62 g; ZS:0.02 g; SÓ:0.01 mg; CK:0.34 g;	Citromos tea (1;12) EN:170.56 kJ; 40.82 kcal; FH:0.16 g; SZH:9.48 g; ZS:0.04 g; SÓ:0.00 mg; CK:9.12 g; Körözött (1;5;6;7;8;9;10) EN:293.18 kJ; 70.14 kcal; FH:3.07 g; SZH:1.14 g; ZS:5.88 g; TZS:2.91 g; SÓ:0.73 mg; CK:1.05 g; Kenyér félbarna szeletelt (1;6) EN:540.54 kJ; 129.31 kcal; FH:4.90 g; SZH:26.15 g; ZS:0.50 g; TZS:0.15 g; SÓ:1.00 mg; CK:0.10 g;	Forralt tej (7) EN:372.00 kJ; 88.00 kcal; FH:6.00 g; SZH:9.40 g; ZS:3.00 g; TZS:2.00 g; SÓ:0.27 mg; CK:9.40 g; Vajkrém ízesített (7) EN:317.52 kJ; 75.96 kcal; FH:0.50 g; SZH:0.40 g; ZS:8.00 g; TZS:3.87 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.40 g; Teljes kiőrlésű zsemle Félegyházi (1) EN:526.80 kJ; 126.03 kcal; FH:5.34 g; SZH:24.28 g; ZS:0.77 g; TZS:0.07 g; SÓ:0.56 mg; CK:0.25 g; Jégcsapretek EN:11.80 kJ; 2.82 kcal; FH:0.22 g; SZH:0.53 g; ZS:0.02 g; TZS:0.01 g; SÓ:0.01 mg;	Gyümölcs tea (12) EN 141.58;kJ; 33.87kcal; FH 0.02;g; SZH 8.20;g; ZS 0.01;g; TZS 0.00;g; SÓ 0.00;mg; CK 8.04;g; Főtt tojás (3) EN 207.14;kJ; 49.56kcal; FH 4.05;g; SZH 0.18;g; ZS 3.60;g; TZS 0.93;g; SÓ 0.11;mg; Ewa margarin (7) EN 74.00;kJ; 18.00kcal; ZS 2.00;g; TZS 0.60;g; SÓ 0.00;mg; Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1) EN 494.67;kJ; 118.34kcal; FH 4.63;g; SZH 23.44;g; ZS 0.61;g; TZS 0.04;g; SÓ 0.48;mg; CK 0.30;g;	
ebéd	Paradisomleves (1;3;9;12) EN:773.23 kJ; 185.52 kcal; FH:3.26 g; SZH:33.64 g; ZS:4.11 g; TZS:0.48 g; SÓ:1.00 mg; CK:22.29 g; Krémes-gombás számyasragu* (1;6;12) EN:694.66 kJ; 166.86 kcal; FH:14.98 g; SZH:7.87 g; ZS:8.29 g; TZS:1.40 g; SÓ:0.73 mg; CK:0.26 g; Párolt rizs (10;12) EN:1209.77 kJ; 290.07 kcal; FH:5.06 g; SZH:54.64 g; ZS:5.57 g; TZS:0.74 g; SÓ:0.61 mg; CK:0.10 g;	Vajasgaluska leves (1;3;7;9;12) EN:616.27 kJ; 147.57 kcal; FH:4.08 g; SZH:16.88 g; ZS:6.96 g; TZS:1.64 g; SÓ:0.66 mg; CK:2.13 g; Sült kolbász (6) EN:866.90 kJ; 209.70 kcal; FH:9.24 g; SZH:0.18 g; ZS:19.10 g; TZS:6.85 g; SÓ:1.68 mg; Sárgaborsó főzelék (1;3;6;7;9;10;12) EN:1066.23 kJ; 254.87 kcal; FH:14.16 g; SZH:29.34 g; ZS:6.12 g; TZS:0.91 g; SÓ:0.40 mg; CK:1.06 g; Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1) EN:494.67 kJ; 118.34 kcal; FH:4.63 g; SZH:23.44 g; ZS:0.61 g; TZS:0.04 g; SÓ:0.48 mg; CK:0.30 g;	Eresztett tojás leves (1;3;10;12) EN:552.59 kJ; 133.38 kcal; FH:3.16 g; SZH:8.06 g; ZS:9.80 g; TZS:1.36 g; SÓ:0.64 mg; CK:0.15 g; Párizsi csirkemell filé (1;3;7) EN:1309.42 kJ; 316.20 kcal; FH:19.95 g; SZH:9.79 g; ZS:21.85 g; TZS:2.72 g; SÓ:0.76 mg; CK:0.27 g; Petrezselymes burgonya (12) EN:1039.18 kJ; 249.15 kcal; FH:5.84 g; SZH:46.09 g; ZS:4.08 g; TZS:0.46 g; SÓ:0.62 mg; CK:1.87 g; Csemege uborka édesítő szerekkel (10;12) EN:59.00 kJ; 14.00 kcal; FH:0.30 g; SZH:2.00 g; ZS:0.25 g; SÓ:1.20 mg; CK:0.25 g;	Tárkonyos halgaluskaleves (1;3;4;7;9;10;12) EN:762.42 kJ; 182.93 kcal; FH:9.28 g; SZH:12.79 g; ZS:10.23 g; TZS:2.91 g; SÓ:0.80 mg; CK:2.22 g; Dejós szórás (1;6;11) EN:516.06 kJ; 123.46 kcal; FH:4.50 g; SZH:11.69 g; ZS:6.46 g; TZS:0.12 g; SÓ:0.00 mg; CK:7.19 g; Főtt metélt tészta (1;3) EN:1787.00 kJ; 429.65 kcal; FH:10.50 g; SZH:61.32 g; ZS:15.66 g; TZS:1.66 g; SÓ:0.67 mg; CK:0.92 g; Alma EN:218.12 kJ; 52.18 kcal; FH:0.60 g; SZH:10.50 g; ZS:0.60 g; SÓ:0.01 mg; CK:15.00 g;	Gyümölcsleves (1;7;8;10;12) EN:416.22 kJ; 99.52 kcal; FH:0.99 g; SZH:16.99 g; ZS:2.79 g; TZS:1.27 g; SÓ:0.36 mg; CK:15.52 g; Paprikás burgonya virslivel (1;3;6;7;9;10;12) EN:1588.92 kJ; 380.84 kcal; FH:13.99 g; SZH:45.86 g; ZS:15.18 g; TZS:3.35 g; SÓ:1.79 mg; CK:2.80 g; Csalamádé édesítőszerekkel (9;10;12) EN:94.10 kJ; 22.51 kcal; FH:0.65 g; SZH:4.68 g; ZS:0.10 g; TZS:0.01 g; SÓ:1.49 mg; CK:0.40 g;	Tejfőlös karfiolleves (1;3;6;7;9;10;12;13) EN 482.66;kJ; 115.91kcal; FH 3.19;g; SZH 10.96;g; ZS 6.52;g; TZS 1.97;g; SÓ 0.49;mg; CK 1.11;g; Négysajtos brokkoliszós (1;6;7;12) EN 735.21;kJ; 175.81kcal; FH 9.80;g; SZH 8.66;g; ZS 11.25;g; TZS 6.01;g; SÓ 0.76;mg; CK 4.69;g; Félbarna kenyér (1;6) EN 432.43;kJ; 103.45kcal; FH 3.92;g; SZH 20.92;g; ZS 0.40;g; TZS 0.12;g; SÓ 0.80;mg; CK 0.08;g; Gnocchi (1) EN 1425.20;kJ; 338.40kcal; FH 8.80;g; SZH 62.00;g; ZS 4.60;g; TZS 0.60;g; SÓ 0.59;mg; CK 2.20;g;	
uzsonna	Reszelt sajt (7) EN:310.88 kJ; 74.37 kcal; FH:5.54 g; SZH:0.32 g; ZS:5.62 g; TZS:3.57 g; SÓ:0.49 mg; Ewa margarin (7) EN:74.00 kJ; 18.00 kcal; ZS:2.00 g; TZS:0.60 g; SÓ:0.00 mg;	Sertés zsír EN:740.00 kJ; 180.00 kcal; FH:0.02 g; ZS:19.94 g; TZS:7.40 g; SÓ:0.00 mg; Teljes kiőrlésű zsemle Félegyházi (1) EN:526.80 kJ; 126.03 kcal; FH:5.34 g; SZH:24.28 g; ZS:0.77 g; TZS:0.07 g; SÓ:0.56 mg; CK:0.25 g;	Gépsonka (6;7;9;10) EN:130.96 kJ; 31.33 kcal; FH:4.52 g; SZH:0.08 g; ZS:1.42 g; TZS:0.49 g; SÓ:0.22 mg; Ewa margarin (7) EN:74.00 kJ; 18.00 kcal; ZS:2.00 g; TZS:0.60 g; SÓ:0.00 mg;	Olasz (6;7;9;10) EN:279.89 kJ; 66.96 kcal; FH:2.74 g; SZH:0.06 g; ZS:6.16 g; TZS:2.29 g; SÓ:0.84 mg; Ewa margarin (7) EN:74.00 kJ; 18.00 kcal; ZS:2.00 g; TZS:0.60 g; SÓ:0.00 mg;	Gesztenyés rúd (1;5;6;7;8) EN:692.50 kJ; 165.50 kcal; FH:2.80 g; SZH:22.15 g; ZS:7.00 g; TZS:3.20 g; SÓ:0.00 mg; CK:6.55 g;	Müzli szelet (1;5;6;7;8;11;12) EN 320.88;kJ; 76.76kcal; FH 1.20;g; SZH 11.60;g; ZS 2.80;g; TZS 1.20;g; SÓ 0.08;mg; CK 5.20;g; Alma EN 218.12;kJ; 52.18kcal; FH 0.60;g; SZH 10.50;g; ZS 0.60;g; SÓ 0.01;mg; CK 15.00;g;	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kJ/adag); (energia: kcal/adag); FH(fehérje: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SÓ(nátrium: mg/adag); CK(cukor: g/adag). 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.

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

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
uzsonna	Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1) EN:494.67 kJ; 118.34 kcal; FH:4.63 g; SZH:23.44 g; ZS:0.61 g; TZS:0.04 g; SÓ:0.48 mg; CK:0.30 g; Jégcsapretek EN:11.80 kJ; 2.82 kcal; FH:0.22 g; SZH:0.53 g; ZS:0.02 g; TZS:0.01 g; SÓ:0.01 mg;	Zöldpaprika EN:16.80 kJ; 4.00 kcal; FH:0.18 g; SZH:0.58 g; ZS:0.04 g; TZS:0.02 g; SÓ:0.00 mg; CK:0.48 g;	Kenyér félbarna szeletelt (1;6) EN:540.54 kJ; 129.31 kcal; FH:4.90 g; SZH:26.15 g; ZS:0.50 g; TZS:0.15 g; SÓ:1.00 mg; CK:0.10 g; Kígyóborka (12) EN:12.40 kJ; 3.00 kcal; FH:0.14 g; SZH:0.62 g; ZS:0.02 g; SÓ:0.01 mg; CK:0.34 g;	Teljes kiőrlésű szeletelt rozskenyér Félegyházi (1) EN:494.67 kJ; 118.34 kcal; FH:4.63 g; SZH:23.44 g; ZS:0.61 g; TZS:0.04 g; SÓ:0.48 mg; CK:0.30 g;			