



ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2026. 02. 02.–2026. 02. 06.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Zellerkrémleves (1,7,9,12)
Pirított zsemlekocka (1)
Tarhonyás hús (1)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
1,7,9,10,12

EN:678
ZS:24,7
SZH:84,6
TZS:6,2
CK:8
FH:26,4
SÓ:2,24

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Dino szelet (1)
Majorannás burgonyafőzelék (1,7,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:717
ZS:21,3
SZH:94,8
TZS:3,7
CK:13,8
FH:30,1
SÓ:2,51

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Csirkeraguleves (1,3,9,12)
Dejós guba (1,7)
Vaníliás öntet (7)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:977
ZS:22,8
SZH:152,1
TZS:8,5
CK:80,7
FH:34,2
SÓ:2,8

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Vegetáriánus chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kókuszgolyó (1,7,12)

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:684
ZS:14,2
SZH:102,6
TZS:5,2
CK:19,5
FH:33,6
SÓ:1,58

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Fahéjas almaleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:
1,4,7,12

EN:847
ZS:18,7
SZH:135
TZS:2,7
CK:47
FH:29,5
SÓ:2,12

Allergének:
1,7,9,12

EN:855
ZS:34,7
SZH:76
TZS:9,2
CK:5,4
FH:42,1
SÓ:3,37

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:780
ZS:19
SZH:115,5
TZS:1,9
CK:44,7
FH:28,2
SÓ:2,16

Allergének:
1,3,9,12

EN:705
ZS:14,9
SZH:109,5
TZS:1,5
CK:37,8
FH:26,5
SÓ:1,28

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:1161
ZS:50,2
SZH:149,6
TZS:12,6
CK:21,5
FH:24
SÓ:2,35

Allergének:
1,7,12

EN:688
ZS:14,4
SZH:107,2
TZS:5,5
CK:45,6
FH:23,3
SÓ:1,39

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutén tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2026. 02. 09.–2026. 02. 13.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Eperkrémleves (1,7,12)
Borsos sertéstokány (1)
Bulgur (1)
Csemegeuborka (10,12)

Allergének:
1,7,10,12

EN:833
ZS:27,5 TZS:8 FH:24,1
SZH:111,1 CK:40,7 SÓ:2,32

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Zöldborsóleves (1,3,9,12)
Húsgombóc (3)
Paradicsommártás (1,9)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

EN:745
ZS:25,2 TZS:6,5 FH:28,2
SZH:94,8 CK:27,2 SÓ:1,95

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Bableves füstölt hússal (1,3,9)
Mákos metélt (1)
Alma

Allergének:
1,3,9

EN:800
ZS:26,9 TZS:3,9 FH:30,2
SZH:113,7 CK:33,9 SÓ:1,58

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Zöldségleves (1,3,12)
Vegetáriánus zöldséggolyó (1,3,7)
Burgonyapüré (7,12)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:623
ZS:18,4 TZS:5,8 FH:19,2
SZH:87,7 CK:11 SÓ:2,89

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Gyümölcsle 100%-os
Rántott csirkemell (1,3)
Petrezselymes rizs
Coleslaw (3,7,10,12)
Mandarin

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:999
ZS:21,4 TZS:3,3 FH:41,8
SZH:156,3 CK:37,8 SÓ:1,78

Allergének:
1,7,12

EN:659
ZS:17,5 TZS:4,8 FH:20,5
SZH:103,1 CK:40,4 SÓ:0,57

Allergének:
1,3,6,9,12

EN:688
ZS:17 TZS:1,8 FH:26,4
SZH:101 CK:18,1 SÓ:2,45

Allergének:
1,3,7,9

EN:632
ZS:20,6 TZS:8,4 FH:27,2
SZH:88,6 CK:51,2 SÓ:2,12

Allergének:
1,3,7,12

EN:638
ZS:25,6 TZS:10 FH:23,1
SZH:75,5 CK:12,9 SÓ:1,67

Allergének:
1,3,4,7

EN:772
ZS:19,4 TZS:5,9 FH:31,7
SZH:112,4 CK:32,3 SÓ:0,7

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**





ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2026. 02. 16.–2026. 02. 20.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vadas sertésragu (1,7,9,10,12)
Makaróni tészta (1)
Narancs

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:746
ZS:26,4
SZH:99
TZS:6,5
CK:24,9
FH:25,1
SÓ:1,13

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Gyümölcsleves (1,7,12)
Paprikás burgonya virslivel (12)
Cékla savanyúság (10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:766
ZS:26,5
SZH:104,2
TZS:10,7
CK:39
FH:21,2
SÓ:4,47

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajtgolyó (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)

Allergének:
1,3,7,10

EN:1013
ZS:41,5
SZH:126,4
TZS:10,8
CK:10,8
FH:26,4
SÓ:3,73

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Tökfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Banán

Allergének:
1,7,12

EN:750
ZS:15,4
SZH:114,5
TZS:3,8
CK:31,9
FH:28,7
SÓ:3,12

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Paradicsomleves (1,3,9)
Panírozott halrúd (1,4)
Zöldséges bulgur (1)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,4,9

EN:852
ZS:23,4
SZH:121,4
TZS:2,4
CK:36,8
FH:28,2
SÓ:2,22

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:706
ZS:16,7
SZH:106,8
TZS:1,9
CK:24,8
FH:24,9
SÓ:1,46

Allergének:
1,7,12

EN:726
ZS:30,4
SZH:86,1
TZS:9,5
CK:35
FH:25,3
SÓ:0,77

Allergének:
1,3,7

EN:827
ZS:26,1
SZH:110,8
TZS:8
CK:21,6
FH:33
SÓ:0,71

Allergének:
1,12

EN:947
ZS:22,9
SZH:140,3
TZS:7,2
CK:27,5
FH:41,8
SÓ:1,85

Allergének:
1,3,9,12

EN:740
ZS:17,7
SZH:100,7
TZS:5,3
CK:34,3
FH:36,1
SÓ:1,61

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Allergének:

EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfű; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).



Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**



Dunaújváros

Középiskola

2026. 02. 23.–2026. 02. 27.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Gyümölcsle 100%-os
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)Allergének:
10,12EN:714
ZS:27,3
SZH:96,1
TZS:7,2
CK:29,4
FH:19
SÓ:2,11Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Szilvatöltelikes gombóc (1)
Porcukor szórat
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,9EN:1052
ZS:19,4
SZH:177,9
TZS:3,7
CK:39,1
FH:32,6
SÓ:2,25Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
BanánAllergének:
1,3,7,12EN:758
ZS:13,7
SZH:111,1
TZS:4,1
CK:33,8
FH:32,9
SÓ:1,69Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Köménymagleves (1)
Pirított kenyérkocka (1)
Párolt sertésszelet
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)
AlmaAllergének:
1,7EN:829
ZS:23,8
SZH:117,1
TZS:2,4
CK:44,6
FH:27,8
SÓ:1,94Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Bolognai spagetti
teljes kiőrlésű tésztával (1,9)
Sajt szórat (7)Allergének:
1,3,7,9,12EN:953
ZS:44
SZH:88,7
TZS:15,4
CK:15,1
FH:44,4
SÓ:1,55Allergének:
1,7,10,12EN:784
ZS:23,8
SZH:110,2
TZS:5
CK:29,2
FH:25,5
SÓ:3,81Allergének:
1,3,7,9EN:1164
ZS:51,1
SZH:124,8
TZS:19,4
CK:12,1
FH:46
SÓ:3,55Allergének:
1,3,7,12EN:887
ZS:30,9
SZH:119,4
TZS:14,9
CK:23,5
FH:30,5
SÓ:1,73Allergének:
1,7EN:822
ZS:31,5
SZH:101,3
TZS:7,8
CK:14,4
FH:27,4
SÓ:2,58Allergének:
1,3,7,12EN:868
ZS:42,4
SZH:81,9
TZS:6,8
CK:12
FH:30,7
SÓ:1,98Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:Allergének:EN:
ZS:
SZH:
TZS:
CK:
FH:
SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztszennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének: 1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag).

Kevesebb hús fogyasztásával csökkenthetjük környezeti lábnyomunkat. **TUDJ MEG TÖBBET A HETI EGY HÚSMENTES EBÉDRŐL!**

