

Dunaújváros

Középiskola

2025. 05. 05.–2025. 05. 11.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

SZOMBAT

VASÁRNAP

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Daragaluska leves (1,3,9,12)
Vadas sertésragu
(1,7,9,10,12)
Makaróni (1)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,10,12EN:805
ZS:32,4 TZS:8,6 FH:30,3
SZH:96 CK:22,7 SÓ:1,14Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Gyümölcsleves (1,7,12)
Paprikás burgonya virslivel (12)
Cékla savanyúság (10)Allergének:
1,7,10,12EN:709
ZS:26,1 TZS:10,6 FH:19
SZH:88,9 CK:38,8 SÓ:4,05Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajt (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)Allergének:
1,3,7,10EN:100
ZS:64 TZS:18 FH:40,7
SZH:150 CK:17,6 SÓ:3,63Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Tarhonyaleves (1,12)
Csirkepörkölt (1)
Tökfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Kókuszgolyó (1,7,12)Allergének:
1,7,12EN:716
ZS:23,6 TZS:9,4 FH:32,1
SZH:89,4 CK:23,7 SÓ:2,35Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Paradicsomleves (1,3,9)
Panírozott halrúd (1,4)
Bulgur (1)
Házi vegyes salátaAllergének:
1,3,4,9EN:896
ZS:25,3 TZS:2,6 FH:28,1
SZH:126,9 CK:35,9 SÓ:2,04Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ: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: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 keresztzsennyeződéssel 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

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



Dunaújváros

Középiskola

2025. 05. 12.–2025. 05. 18.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

SZOMBAT

VASÁRNAP

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:100%-os gyümölcsle
Zöldséges rizseshús
Csemege ízesítésű uborka (10,12)Allergének:
10,12EN:738
ZS:27,7 TZS:7 FH:24,4
SZH:96,5 CK:28 SÓ:1,77Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Sárgarépás füstölt sajtos
zöldségvagdalt (1,3,7)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1) AlmaAllergének:
1,3,7EN:700
ZS:18,1 TZS:4,4 FH:28,6
SZH:98 CK:27,4 SÓ:1,42Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Zöldségleves (1,3,12)
Főtt sertésszelet
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)Allergének:
1,3,7,12EN:732
ZS:22 TZS:11,7 FH:31,4
SZH:99,4 CK:34,7 SÓ:1,05Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Aranygaluska (1,3,7)
Vaníliás öntet (7)Allergének:
1,3,7,9EN:1000
ZS:33,8 TZS:11,2 FH:41,8
SZH:174,3 CK:56,1 SÓ:0,93Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Olaszos húsos rakott penne
(1,7,9)
AlmaAllergének:
1,3,7,9,12EN:742
ZS:28,7 TZS:11,2 FH:33
SZH:85,5 CK:20,6 SÓ:1,4Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Csontleves (1,3,9,12)
Kolbászos sertésragu (1)
Zöldbabfőzelék (1,7)
Félbarna kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9,12EN:706
ZS:28,5 TZS:9,1 FH:24,4
SZH:49,3 CK:6,6 SÓ:1,84Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ: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: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 keresztzennyeződéssel 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

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





ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2025. 05. 19.–2025. 05. 25.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

SZOMBAT

VASÁRNAP

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Mákos nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1000
ZS:21,2 TZS:4,3 FH:22,7
SZH:158,9 CK:56 SÓ:2,59

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:

Zöldség krémleves (1,7,9)
Pirított zsemlekocka (1)
Lecsós virsli (1)
Tarhonya (1)

Allergének:
1,7,9

EN:820
ZS:36,7 TZS:12,7 FH:28,9
SZH:91,2 CK:12,2 SÓ:2,61

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Csirkepörkölt (1)
Sárgaborsó főzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Alma

Allergének:
1,3,9,12

EN:765
ZS:21,8 TZS:4,4 FH:42,7
SZH:87,8 CK:12,9 SÓ:1,89

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Őszibarack krémleves (1,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Petrezselymes rizs
Coleslaw saláta (3,7,10,12)

Allergének:
1,3,4,7,10,12

EN:908
ZS:26,8 TZS:3,6 FH:24,6
SZH:140 CK:40,2 SÓ:2,64

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:
1,3,9,12

EN:708
ZS:12,9 TZS:1,5 FH:17,8
SZH:118,7 CK:39,6 SÓ:0,52

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:706
ZS:23,7 TZS:6,3 FH:31,1
SZH:86,3 CK:4,5 SÓ:1,15

Allergének:
1,7,9,12

EN:700
ZS:12,2 TZS:6 FH:41,9
SZH:73,2 CK:6,1 SÓ:1,15

Allergének:
1,3,9,10,12

EN:813
ZS:32,7 TZS:9,1 FH:30,8
SZH:87,7 CK:14,1 SÓ:1,92

Allergének:
1,7,12

EN:999
ZS:46,7 TZS:7,7 FH:37
SZH:99,6 CK:38,4 SÓ:1,43

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:

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 keresztzennyeződéssel 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



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





ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2025. 05. 26.–2025. 06. 01.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

SZOMBAT

VASÁRNAP

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Édes gyökrésmleves (1,7,9,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Bácskai rizseshús
Csemege ízesítésű uborka (10,12)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:853
ZS:39,2 TZS:12,1 FH:28,8
SZH:93,7 CK:10,5 SÓ:2,43

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Lebbencsleves (1,12)
Sertésfasírt (1,3)
Gyöngybabfőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Alma

Allergének:
1,3,7,12

EN:918
ZS:35 TZS:10,6 FH:41,1
SZH:104,6 CK:13 SÓ:2,36

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Nyírségi gombóclevés (1,7,12)
Darás metélt (1)
Eperöntet (12)

Allergének:
1,7,12

EN:848
ZS:27 TZS:7,1 FH:27,8
SZH:121,4 CK:26,9 SÓ:0,73

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Zöldséglevés (1,3,12)
Főtt tojás (3)
Sós kamartás (7)
Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Gesztényerűd

Allergének:
1,3,7,12

EN:740
ZS:17,8 TZS:6,8 FH:21,7
SZH:86,7 CK:27 SÓ:1,42

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Paradicsomleves (1,3,9)
Rántott csirkemell (1,3)
Rizibizi
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,9

EN:991
ZS:19,3 TZS:2,7 FH:47,8
SZH:151,9 CK:34,4 SÓ:1,32

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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:

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 keresztzennyeződéssel 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). A csillaggal (*) megjelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



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

