



ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2026. 06. 01.–2026. 06. 05.

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)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

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)
Paradisomos húsgombóc (1,3,9)
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
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

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 eperlevéllel (1,3,12)
Zöldséggolyó (1,3,7)
Burgonyapüré (7,12)
Cékla savanyúság (10)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:632
ZS:19,1 TZS:6,3 FH:19,9
SZH:87,7 CK:11 SÓ:2,93

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Pikáns karfiolkrémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Rántott csirkemell (1,3)
Petrezselymes rizs
Coleslaw (3,7,10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:943
ZS:35,6 TZS:7,2 FH:35,3
SZH:118,2 CK:11 SÓ:3,55

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:
1,3,4,7,12

EN:776
ZS:25,2 TZS:8,8 FH:35,6
SZH:97,1 CK:4,7 SÓ:1,07

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).

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





ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2026. 06. 08.–2026. 06. 12.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

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 tészta (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:728
ZS:26,4 TZS:6,5 FH:24,8
SZH:96 CK:22,7 SÓ:1,14

Allergének:

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

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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

Allergének:
1,3,7,10

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

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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

Allergének:
1,7,12

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

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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

Allergének:
1,3,4,9

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

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Ananászos csirkeragu (1,7)
Párolt rizs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:688
ZS:16,7 TZS:1,9 FH:24,6
SZH:103,8 CK:22,6 SÓ:1,47

Gyümölcsleves (1,7,12)
Rakott zöldbab (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

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

Sárgaborsó krémleves (1)
Színes levesgyöngy (1,3,7)
Túrós tészta (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,7

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

Tarhonyaleves (1,12)
Chilis bab
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Banán

Allergének:
1,12

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

Paradicsomleves (1,3,9)
Reszelt csirkemáj (1)
Tört burgonya (12)
Házi vegyes saláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3,9,12

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

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 étkezést 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. 06. 15.–2026. 06. 19.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Almalé 100%-os
Bácskai rizseshús
Csemegeuborka (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
10,12EN:714
ZS:27,3 TZS:7,2 FH:19
SZH:96,1 CK:29,4 SÓ:2,11Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Szilvatöltelikes gombóc (1)
Porcukor szórat
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,9EN:975
ZS:19,1 TZS:3,7 FH:30,3
SZH:162,6 CK:38,8 SÓ:1,83Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: 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 TZS:4,1 FH:32,9
SZH:111,1 CK:33,8 SÓ:1,69Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Köménymagleves (1)
Pirított kenyérkocka (1)
Párolt sertésszelet
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7EN:786
ZS:23,8 TZS:2,4 FH:27,2
SZH:107,3 CK:34,8 SÓ:1,93Allergének:EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Bolognai teljes kiőrlésű spagetti (1,9)
Sajt szórat (7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9,12EN:953
ZS:44 TZS:15,4 FH:44,4
SZH:88,7 CK:15,1 SÓ:1,55

EBÉD A

Almalé 100%-os
Kukorica morzsás csirkemell csik (1)
Burgonyapüré (7,12)
Csemegeuborka (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7,10,12EN:735
ZS:20,6 TZS:4,7 FH:31,1
SZH:100,4 CK:29,2 SÓ:3,81Lencsegulyás sertéshússal (1,3,9)
Carbonara penne (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,9EN:1087
ZS:50,8 TZS:19,3 FH:43,8
SZH:109,5 CK:11,9 SÓ:3,13Allergének:
1,3,7,12Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Sajtos-tejfölös tészta (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
BanánEN:887
ZS:30,9 TZS:14,9 FH:30,5
SZH:119,4 CK:23,5 SÓ:1,73Köménymagleves (1)
Pirított kenyérkocka (1)
Kukoricás csirkeragu (1,7)
Párolt rizs
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,7EN:778
ZS:31,5 TZS:7,8 FH:26,8
SZH:91,5 CK:4,6 SÓ:2,58Fokhagyma krémleves (1,7,12)
Leves gyöngy (1,3,7)
Fűszeres csirkecomb (10)
Pirított burgonya (12)
Házi vegyes saláta
Teljes kiőrlésű kenyér (1)Allergének:
1,3,7,10,12EN:728
ZS:23,9 TZS:4,4 FH:32,5
SZH:84,5 CK:12,6 SÓ:3,19

UZSONNA

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. Csillagfürt; 14. Puhatestűek. Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj a kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezést 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. 06. 22.–2026. 06. 26.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

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:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

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:

EBÉD B

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:

UZSONNA

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).



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





ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2026. 06. 29.–2026. 07. 03.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

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:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

NYÁRI SZÜNET

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD A

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:

EBÉD B

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:

UZSONNA

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztiszennyeződéssel 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!**

