



ÉTLAP

Dunaújváros

Középiskola

2026. 05. 04.–2026. 05. 08.

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:

Almalé 100%-os
Zöldborsós csirkeragu (1)
Párolt rizs

Allergének:
1

EN:720
ZS:18,4 TZS:3,5 FH:26,6
SZH:104,6 CK:26,2 SÓ:2,89

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

Allergének:
1,3,7,12

EN:898
ZS:38,2 TZS:9,6 FH:39,6
SZH:94,9 CK:13 SÓ:2,22

Gulyásleves (1,3,9,12)
Darás metélt (1)
Eperöntet (12)

Allergének:
1,3,9,12

EN:788
ZS:21 TZS:3,9 FH:23,3
SZH:123,6 CK:25,7 SÓ:0,45

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Főtt tojás (3)
Parajmártás (1,7), Főtt burgonya (12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7,12

EN:655
ZS:22,2 TZS:7,1 FH:25,4
SZH:75,6 CK:10,6 SÓ:1,29

Paradicsomleves (1,3,9)
Kukorica morzsás csirkemell csík (1)
Rizibizi
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,9

EN:931
ZS:27,7 TZS:3,7 FH:37,5
SZH:129,2 CK:35,2 SÓ:2,73

Almalé 100%-os
Sertésbrassói (12)
Csalamádé (10,12)

Allergének:
10,12

EN:753
ZS:27,8 TZS:8,5 FH:21,2
SZH:94,3 CK:23,1 SÓ:2,51

Zöldségleves eperlevéllel (1,3,12)
Rakott kelkáposzta (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Alma

Allergének:
1,3,7,12

EN:595
ZS:22,6 TZS:5,6 FH:27,8
SZH:70 CK:18,3 SÓ:1,26

Gulyásleves (1,3,9,12)
Tejberiz (7)
Fahéjas porcukor

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:626
ZS:16,8 TZS:7,8 FH:19,8
SZH:98,3 CK:46,6 SÓ:0,71

Köménymagleves (1)
Pirított zsemlekocka (1)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes bulgur (1)
Tartármártás (3,7,10)
Gesztenyerúd

Allergének:
1,3,7,10

EN:1064
ZS:49,3 TZS:10,3 FH:22,7
SZH:121,3 CK:16,5 SÓ:1,96

Paradicsomleves (1,3,9)
Pásztortarhonya (1,12)
Házi vegyes saláta

Allergének:
1,3,9,12

EN:822
ZS:27,6 TZS:6,9 FH:26,2
SZH:107,9 CK:37,4 SÓ:1,5

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 A

EBÉD B

UZSONNA

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsoroknál keresztzennyezéssel 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. Szézámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűt; 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. 05. 11.–2026. 05. 15.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Brokkolikrémes (1,7,12)
Pírtott tökmag
Pincepörkölt (12)
Csalamádé (10,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,10,12

EN:812
ZS:33,4 TZS:8 FH:35,2
SZH:81,5 CK:4,7 SÓ:2,89

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Bableves (1,3,9)
Tonhalas fusilli (1,4)
Sajt szórat (7)

Allergének:
1,3,4,7,9

EN:957
ZS:33,3 TZS:8,2 FH:48,7
SZH:112,2 CK:9,5 SÓ:2,16

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Tejfölös burgonyaleves (1,7,9,12)
Aranygaluska (1,3,7)
Vaníliás öntet (7)
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:1118
ZS:32,1 TZS:8,4 FH:26,6
SZH:175,5 CK:65,7 SÓ:0,75

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Tojásleves (1,3)
Fokhagymás sertés aprópecsenye (1)
Paradicsomos káposzta főzelék (1)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,3

EN:668
ZS:31 TZS:6,4 FH:23,2
SZH:67,9 CK:29,1 SÓ:1,78

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Kukorica galuska leves (3,9)
Natúr sertésszelet
Sajtmártás (7,12)
Petrezselymes rizs

Allergének:
3,7,9,12

EN:832
ZS:30,9 TZS:5,2 FH:31
SZH:100,5 CK:6,5 SÓ:2,61

Allergének:
1,6,7,12

EN:863
ZS:30 TZS:5,1 FH:37,5
SZH:102,1 CK:18,8 SÓ:2,46

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:906
ZS:34,4 TZS:9,4 FH:35,9
SZH:104,9 CK:13,5 SÓ:1,92

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:754
ZS:23,2 TZS:6,6 FH:20,6
SZH:109,7 CK:12,8 SÓ:0,86

Allergének:
1,3,7

EN:602
ZS:25,1 TZS:5,4 FH:25,3
SZH:63,3 CK:7,6 SÓ:0,64

Allergének:
3,9,10,12

EN:657
ZS:18,6 TZS:5,3 FH:35,3
SZH:80,4 CK:6,5 SÓ:2,86

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 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. 05. 18.–2026. 05. 22.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

TÍZÓRAI

EBÉD A

EBÉD B

UZSONNA

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Tarhonyaleves (1,12)
Sertéspörkölt (1)
Zöldborsófőzelék (1,7)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)

Allergének:
1,7,12

EN:635
ZS:17 TZS:5,7 FH:31,3
SZH:81 CK:18 SÓ:1,35

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Húsgaluska leves (1,3,7,9,12)
Burgonyás tészta (1,12)
Cékla savanyúság (10)

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:749
ZS:28 TZS:5,8 FH:26,3
SZH:94,5 CK:12,2 SÓ:2,83

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Vöröslencse krémleves (1,7,12)
Levesgyöngy (1,3,7)
Rántott sajtgolyó (1,7)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)

Allergének:
1,3,7,10,12

EN:1025
ZS:41,4 TZS:12,5 FH:28,7
SZH:116,2 CK:11,4 SÓ:3,76

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Almalé 100%-os
Sertés fasírtgolyó (1,3)
Kelkáposztafőzelék (1,12)
Teljes kiőrlésű kenyér (1)
Banán

Allergének:
1,3,12

EN:830
ZS:26,4 TZS:6,6 FH:27,2
SZH:116,5 CK:40,1 SÓ:2,44

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Paradicsomleves (1,3,9)
Rántott csirkemell (1,3)
Párolt rizs
Fűszeres karotta kukoricával

Allergének:
1,3,9

EN:1054
ZS:26,3 TZS:4,8 FH:45,7
SZH:157,2 CK:25,4 SÓ:1,19

Allergének:
1,10,12

EN:745
ZS:25,1 TZS:5,4 FH:32,2
SZH:89,4 CK:9,5 SÓ:3,8

Allergének:
1,3,7,9,12

EN:969
ZS:33 TZS:10,8 FH:31,9
SZH:134,1 CK:66,3 SÓ:2,18

Allergének:
1,3,6,7,9,12

EN:949
ZS:27,2 TZS:9,3 FH:45,9
SZH:109,4 CK:14,4 SÓ:1,37

Allergének:
1,7

EN:952
ZS:21,9 TZS:4,9 FH:32
SZH:138,6 CK:42,1 SÓ:1,88

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN:988
ZS:40,4 TZS:7,7 FH:21
SZH:124,9 CK:33,9 SÓ:2,16

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. 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. 05. 25.–2026. 05. 29.

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:

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

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

Allergének:

EN:673
ZS:21,3 TZS:3,7 FH:29,5
SZH:85 CK:4 SÓ:2,5

Csirkeraguleves (1,7,9,12)
Dejós morzsás nudli (1)
Vaníliás öntet (7)
Alma

Allergének:

EN:1071
ZS:23 TZS:5,5 FH:33,2
SZH:147,3 CK:44,4 SÓ:3,48

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

Allergének:

EN:521
ZS:7,2 TZS:0,9 FH:30,8
SZH:80,9 CK:9,3 SÓ:1,38

Görög gyümölcsleves (1,7,12)
Panírozott halrúd (1,4)
Rizibizi
Káposztasaláta

Allergének:

EN:860
ZS:18,7 TZS:2,7 FH:29,9
SZH:138,7 CK:50,1 SÓ:2,12

EBÉD A

ÜNNEPNAP

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Daragaluska leves (1,3,9,12)
Párolt sertésszelet
Meggymártás (1,7)
Pirított dara (1)

Allergének:

EN:736
ZS:19 TZS:1,9 FH:27,7
SZH:105,7 CK:34,9 SÓ:2,16

Csirkeraguleves (1,7,9,12)
Káposztás tészta (1)
Alma

Allergének:

EN:746
ZS:17,7 TZS:3,4 FH:27,3
SZH:113 CK:40,5 SÓ:1,29

Hamisgulyás (1,3,9,12)
Rántott gomba (1,3)
Petrezselymes rizs
Tartármártás (3,7,10)

Allergének:

EN:997
ZS:43,3 TZS:8,2 FH:21,2
SZH:127,9 CK:11,3 SÓ:2,15

Görög gyümölcsleves (1,7,12)
Budapest sertésragu (1)
Tört burgonya (12)

Allergének:

EN:693
ZS:18,9 TZS:7 FH:26,9
SZH:96,4 CK:36,1 SÓ:0,86

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:

UZZONNA

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

