



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2025. 47. hét (2025.11.17. - 2025.11.23.)

Iskola

Korcsoport: 7 - 10 év

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.23] © Info-Set Kft.

2025.10.18. 13:36

1. / 4. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
-------	------	--------	-----------	--------

Reggeli - A

	Tea +	Tej +	Tea +	Kakaó +	Tea +
Tápanyag jellemzők	En: 53,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 13,2 g Cu: 12,8 g So: - Hs: -	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -	En: 53,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 13,2 g Cu: 12,8 g So: - Hs: -	En: 187,4 kcal Zs: 6,5 g Tz: - Fe: 8,3 g Sz: 23,0 g Cu: 22,4 g So: - Hs: -	En: 53,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 13,2 g Cu: 12,8 g So: - Hs: -
Allergének		tejféle		tejféle, glutén	

	Kenőmájás (gyulai) +	Sonka felvágott +	Sajtkrém házi +	Főtt kolbász +	Tojáskrém +
Tápanyag jellemzők	En: 81,3 kcal Zs: 6,9 g Tz: - Fe: 4,0 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,7 g Hs: -	En: 23,1 kcal Zs: 1,1 g Tz: 0,5 g Fe: 2,8 g Sz: 0,4 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: -	En: 115,8 kcal Zs: 11,3 g Tz: 3,6 g Fe: 3,5 g Sz: 0,4 g Cu: 0,1 g So: 0,2 g Hs: -	En: 260,3 kcal Zs: 21,8 g Tz: 8,9 g Fe: 15,5 g Sz: 0,3 g Cu: - So: 1,9 g Hs: -	En: 107,3 kcal Zs: 10,5 g Tz: 3,7 g Fe: 2,9 g Sz: 0,5 g Cu: 0,2 g So: 0,1 g Hs: -
Allergének		szója	tejféle		tojás, mustár, tejféle

	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Olasz felvágott +	Mustár +	Zöldpaprika kg +
Tápanyag jellemzők	En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 58,0 kcal Zs: 4,9 g Tz: 2,0 g Fe: 2,9 g Sz: 0,5 g Cu: 0,0 g So: 0,2 g Hs: -	En: 22,0 kcal Zs: 1,2 g Tz: 0,1 g Fe: 1,0 g Sz: 1,8 g Cu: 0,9 g So: 0,4 g Hs: -	En: 4,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,6 g Cu: - So: - Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	szója	mustár	

	Zöldpaprika kg +	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+
Tápanyag jellemzők	En: 4,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,6 g Cu: - So: - Hs: -	En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 182,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,6 g Sz: 37,1 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -
Allergének		glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója

Tízórai - A

	Tej +	Tea +	Ívólé 100%-os /alma/ +	Tea +	Karamellás tej+
Tápanyag jellemzők	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: -	En: 53,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 13,2 g Cu: 12,8 g So: - Hs: -	En: 101,2 kcal Zs: 0,2 g Tz: 0,2 g Fe: 0,2 g Sz: 24,9 g Cu: 23,8 g So: 0,0 g Hs: -	En: 53,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 13,2 g Cu: 12,8 g So: - Hs: -	En: 196,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 26,7 g Cu: 26,4 g So: - Hs: -
Allergének	tejféle				tejféle

	Margarin +	Szalámi krém (diákcsem.) +	Vajaspogácsa +	Vajkrém magyaros +	Diákrúd +
Tápanyag jellemzők	En: 83,7 kcal Zs: 9,4 g Tz: 4,5 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,0 g Hs: -	En: 138,8 kcal Zs: 13,9 g Tz: 6,1 g Fe: 3,7 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,3 g Hs: -	En: 180,9 kcal Zs: 8,0 g Tz: 4,3 g Fe: 3,5 g Sz: 22,5 g Cu: 0,8 g So: 1,3 g Hs: -	En: 77,0 kcal Zs: 8,6 g Tz: 3,7 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,1 g Hs: -	En: 126,6 kcal Zs: 1,1 g Tz: 0,6 g Fe: 4,5 g Sz: 23,5 g Cu: 0,4 g So: 0,8 g Hs: -
Allergének	tejféle	tejféle	glutén, tejféle, tojás	tejféle	glutén, tejféle

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Kukoricás kenyér + Tápanyag jellemzők En: 163,4 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,6 g Fe: 4,6 g Sz: 28,0 g Cu: 0,2 g So: 0,8 g Hs: - Allergének glutén	Zöldpaprika kg + Tápanyag jellemzők En: 4,0 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 0,6 g Cu: - So: - Hs: - Allergének	Kenyér félbarna T,U+ Tápanyag jellemzők En: 203,4 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 6,2 g Sz: 41,3 g Cu: 0,2 g So: 1,0 g Hs: - Allergének glutén, szója		
		Korpás kenyér (tizó,uzs) + Tápanyag jellemzők En: 148,0 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 4,7 g Sz: 28,8 g Cu: 0,2 g So: 0,8 g Hs: - Allergének glutén, szója	Alma + Tápanyag jellemzők En: 46,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 10,5 g Cu: - So: 0,0 g Hs: - Allergének		
Ebéd - A	Hamis gulyásleves + Tápanyag jellemzők En: 171,8 kcal Zs: 8,1 g Tz: 1,1 g Fe: 3,4 g Sz: 20,6 g Cu: 0,1 g So: 1,7 g Hs: 1,4 g Allergének glutén, tojás, zeller	Karalábé leves + Tápanyag jellemzők En: 48,5 kcal Zs: 2,5 g Tz: 0,1 g Fe: 1,0 g Sz: 5,3 g Cu: 2,5 g So: 1,6 g Hs: 1,4 g Allergének glutén, tojás, zeller	Meggy leves + Tápanyag jellemzők En: 235,8 kcal Zs: 3,6 g Tz: 0,9 g Fe: 2,5 g Sz: 48,0 g Cu: 30,3 g So: 0,0 g Hs: - Allergének tejféle, glutén	Gomba leves + Tápanyag jellemzők En: 168,0 kcal Zs: 10,9 g Tz: 0,8 g Fe: 4,3 g Sz: 12,4 g Cu: 0,0 g So: 1,3 g Hs: 1,3 g Allergének tejféle, glutén	Babgulyás füstölthússal + Tápanyag jellemzők En: 394,9 kcal Zs: 16,6 g Tz: 1,8 g Fe: 21,9 g Sz: 40,2 g Cu: 1,9 g So: 3,3 g Hs: 1,4 g Allergének glutén, tojás, zeller
	Alma mártás + Tápanyag jellemzők En: 289,7 kcal Zs: 5,3 g Tz: 1,0 g Fe: 4,5 g Sz: 56,3 g Cu: 24,6 g So: 0,0 g Hs: - Allergének tejféle, glutén	Töltött sertés java+ Tápanyag jellemzők En: 233,0 kcal Zs: 10,8 g Tz: 0,7 g Fe: 15,9 g Sz: 16,4 g Cu: 0,1 g So: 2,0 g Hs: 1,2 g Allergének glutén, szója, tojás	Rántott sertésborda + Tápanyag jellemzők En: 262,7 kcal Zs: 8,4 g Tz: 0,1 g Fe: 17,1 g Sz: 28,0 g Cu: 0,0 g So: 2,3 g Hs: 1,9 g Allergének glutén, tojás	Harcsa paprikás+ Tápanyag jellemzők En: 226,1 kcal Zs: 13,8 g Tz: 2,6 g Fe: 17,8 g Sz: 2,5 g Cu: 0,3 g So: 1,8 g Hs: 1,4 g Allergének tejféle, hal	Mákos nudli+ Tápanyag jellemzők En: 741,5 kcal Zs: 16,7 g Tz: 3,1 g Fe: 18,9 g Sz: 128,8 g Cu: 35,3 g So: 6,2 g Hs: 2,9 g Allergének glutén
	Főtt sertéshús+ Tápanyag jellemzők En: 139,9 kcal Zs: 6,9 g Tz: - Fe: 17,9 g Sz: 0,3 g Cu: - So: - Hs: - Allergének	Pritaminos bulgur+ Tápanyag jellemzők En: 431,4 kcal Zs: 10,4 g Tz: 1,3 g Fe: 12,4 g Sz: 76,9 g Cu: 0,1 g So: 1,1 g Hs: 1,0 g Allergének glutén, hal, szója, tejféle, tojás, zeller	Rizi-bizi + Tápanyag jellemzők En: 490,5 kcal Zs: 11,7 g Tz: 1,5 g Fe: 13,1 g Sz: 83,5 g Cu: 0,1 g So: 1,1 g Hs: 1,0 g Allergének zeller	Galuska kész+ Tápanyag jellemzők En: 20,7 kcal Zs: 2,3 g Tz: 0,3 g Fe: - Sz: - Cu: - So: 0,2 g Hs: 0,2 g Allergének	Kenyér félbarna E+ Tápanyag jellemzők En: 91,3 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,8 g Sz: 18,6 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: - Allergének glutén, szója
	Pírtott dara + Tápanyag jellemzők En: 140,4 kcal Zs: 2,6 g Tz: 0,5 g Fe: 3,3 g Sz: 25,6 g Cu: - So: 1,0 g Hs: 1,0 g Allergének glutén	Cékla saláta + Tápanyag jellemzők En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - Hs: - Allergének	Csemege uborka + Tápanyag jellemzők En: 29,4 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,5 g Sz: 1,1 g Cu: 0,4 g So: 0,5 g Hs: - Allergének	Kenyér félbarna E+ Tápanyag jellemzők En: 91,3 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,1 g Fe: 2,8 g Sz: 18,6 g Cu: 0,1 g So: 0,4 g Hs: - Allergének glutén, szója	

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A					
	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+		
Tápanyag jellemzők	En: 91,3 kcal Tz: 0,1 g Sz: 18,6 g So: 0,4 g Zs: 0,3 g Fe: 2,8 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 91,3 kcal Tz: 0,1 g Sz: 18,6 g So: 0,4 g Zs: 0,3 g Fe: 2,8 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 91,3 kcal Tz: 0,1 g Sz: 18,6 g So: 0,4 g Zs: 0,3 g Fe: 2,8 g Cu: 0,1 g Hs: -		
Allergének	glutén, szója	glutén, szója	glutén, szója		
Uzsonna - A					
	Kockasajt +	Poharas tej +	Kacsa-, libazsír +	Gyümölcs joghurt +	Kenőmájás +
Tápanyag jellemzők	En: 46,5 kcal Tz: 2,3 g Sz: 2,1 g So: 0,2 g Zs: 3,5 g Fe: 1,6 g Cu: 1,2 g Hs: -	En: 88,0 kcal Tz: 2,0 g Sz: 9,2 g So: 0,3 g Zs: 3,0 g Fe: 5,8 g Cu: 9,2 g Hs: -	En: 147,4 kcal Tz: - Sz: - So: - Zs: 15,8 g Fe: 0,1 g Cu: - Hs: -	En: 101,3 kcal Tz: 1,5 g Sz: 3,1 g So: 0,2 g Zs: 2,3 g Fe: 3,1 g Cu: 15,8 g Hs: -	En: 81,3 kcal Tz: - Sz: 0,1 g So: 0,7 g Zs: 6,9 g Fe: 4,0 g Cu: - Hs: -
Allergének	tejféle	tejféle		tejféle	
	Kifli +	Paníni +	Korpás kenyér (tizó,uzs) +	Magvas zsemle +	Graham kenyér T,U+
Tápanyag jellemzők	En: 138,4 kcal Tz: 0,7 g Sz: 26,5 g So: 0,6 g Zs: 1,3 g Fe: 4,0 g Cu: 1,1 g Hs: -	En: 133,9 kcal Tz: 0,7 g Sz: 26,5 g So: 0,6 g Zs: 1,3 g Fe: 4,0 g Cu: 1,1 g Hs: -	En: 148,0 kcal Tz: 0,2 g Sz: 28,8 g So: 0,8 g Zs: 0,6 g Fe: 4,7 g Cu: 0,2 g Hs: -	En: 98,0 kcal Tz: 0,3 g Sz: 16,8 g So: 0,6 g Zs: 1,6 g Fe: 3,2 g Cu: 0,3 g Hs: -	En: 141,4 kcal Tz: 1,0 g Sz: 24,6 g So: 0,9 g Zs: 1,0 g Fe: 5,0 g Cu: 0,1 g Hs: -
Allergének	glutén, tejféle	glutén	glutén, szója	glutén, szezám, szója	glutén
Vacsora - A					
	Diákcsemege +	Barbecue csirkeszárny +	Vajkrém natúr +	Burgonyás kocka +	
Tápanyag jellemzők	En: 96,8 kcal Tz: 3,6 g Sz: 0,1 g So: 0,3 g Zs: 8,7 g Fe: 4,5 g Cu: 0,0 g Hs: -	En: 396,5 kcal Tz: 6,7 g Sz: 5,7 g So: 3,6 g Zs: 28,3 g Fe: 29,5 g Cu: 2,3 g Hs: 1,4 g	En: 77,0 kcal Tz: 3,7 g Sz: 0,1 g So: 0,1 g Zs: 8,6 g Fe: 0,1 g Cu: - Hs: -	En: 537,9 kcal Tz: 1,4 g Sz: 85,4 g So: 1,7 g Zs: 13,4 g Fe: 16,0 g Cu: - Hs: 1,6 g	
Allergének		glutén, tojás, zeller, mustár, szója, tejféle	tejféle	glutén, tojás	
	Sajtos stangli +	Burgonyapüré +	Sonka felvágott +		
Tápanyag jellemzők	En: 228,0 kcal Tz: 3,1 g Sz: 43,2 g So: 1,0 g Zs: 4,8 g Fe: 8,0 g Cu: 6,9 g Hs: -	En: 384,6 kcal Tz: 5,9 g Sz: 53,3 g So: 0,3 g Zs: 14,8 g Fe: 8,4 g Cu: 3,3 g Hs: 0,2 g	En: 23,1 kcal Tz: 0,5 g Sz: 0,4 g So: 0,5 g Zs: 1,1 g Fe: 2,8 g Cu: 0,1 g Hs: -		
Allergének	glutén, tejféle	tejféle	szója		
	Zöldhagyma +		Kenyér félbarna R,V+		
Tápanyag jellemzők	En: 8,0 kcal Tz: - Sz: 1,2 g So: - Zs: 0,0 g Fe: 0,2 g Cu: - Hs: -		En: 182,6 kcal Tz: 0,2 g Sz: 37,1 g So: 0,9 g Zs: 0,6 g Fe: 5,6 g Cu: 0,1 g Hs: -		
Allergének			glutén, szója		



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula
Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2025. 47. hét (2025.11.17. - 2025.11.23.)

Iskola
Korcsoport: 7 - 10 év

Közétkeztetési program [V: 4.2.1.23] © Info-Set Kft.

2025.10.18. 13:36

4. / 4. oldal

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
SEnergia-A	2051,62kcal	2497,67kcal	2379,73kcal	2276,09kcal	2120,77kcal

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só