



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 8. hét (2026.02.16. - 2026.02.22.)

Iskola

Korcsoport: 7 - 10 év

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

2026.01.19. 11:55

1. / 4. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli - A				
Tea +	Kakaó +	Tea +	Karamellás tej+	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: 187,4 kcal Zs: 6,5 g Tz: - Fe: 8,3 g Sz: 23,0 g Cu: 22,4 g So: - Hs: - glutén, tejféle	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: - tejféle	En: 53,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 13,2 g Cu: 12,8 g So: - Hs: -
Allergének				
Diákcsemege +	Kalács (reggeli)+	Olasz felvágott +	Halpástétom +	Sonka felvágott +
Tápanyag jellemzők En: 96,8 kcal Zs: 8,7 g Tz: 3,6 g Fe: 4,5 g Sz: 0,1 g Cu: 0,0 g So: 0,3 g Hs: -	En: 157,6 kcal Zs: 3,1 g Tz: 1,6 g Fe: 4,0 g Sz: 27,5 g Cu: 3,8 g So: 0,4 g Hs: - glutén, tejféle, tojás	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: - szója	En: 218,3 kcal Zs: 67,3 g Tz: 1,1 g Fe: 13,1 g Sz: 1,2 g Cu: 0,7 g So: 0,2 g Hs: - tojás, mustár, tejféle, hal	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: - szója
Allergének				
Sajtkrém 50gr-os +	Margarin +	Vajkrém magyaros +	Retek hónapos +	Margarin +
Tápanyag jellemzők En: 46,0 kcal Zs: 3,5 g Tz: 2,2 g Fe: 2,2 g Sz: 14,8 g Cu: 1,2 g So: 0,5 g Hs: - tejféle	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: - tejféle	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: - tejféle	En: 4,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 0,7 g Cu: - So: - Hs: -	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: - tejféle
Allergének				
Magvas kenyér R,V +		Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+
Tápanyag jellemzők En: 155,9 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,2 g Fe: 4,9 g Sz: 30,6 g Cu: 0,1 g So: 1,2 g Hs: - glutén, szezámag, szója		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: - glutén, szója	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: - glutén, szója	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: - glutén, szója
Allergének				
Retek hónapos +				
Tápanyag jellemzők En: 4,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,4 g Sz: 0,7 g Cu: - So: - Hs: -				
Allergének				
Tízórai - A				
Tej +	Tej +	Kakaó +	Tejeskávé +	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: - tejféle	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: - tejféle	En: 187,4 kcal Zs: 6,5 g Tz: - Fe: 8,3 g Sz: 23,0 g Cu: 22,4 g So: - Hs: - glutén, tejféle	En: 180,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 22,7 g Cu: 22,4 g So: - Hs: - tejféle, glutén	En: 136,4 kcal Zs: 6,2 g Tz: - Fe: 7,5 g Sz: 11,7 g Cu: 11,7 g So: - Hs: - tejféle
Allergének				

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A					
	Szundi +	Zala krém +	Kuglóf (tízórai)+	Bécsi perec +	Vajkrém natúr +
Tápanyag jellemzők	En: 147,9 kcal Tz: 0,7 g Sz: 29,1 g So: 0,3 g Zs: 1,4 g Fe: 4,5 g Cu: 1,3 g Hs: -	En: 93,2 kcal Tz: 4,3 g Sz: 0,3 g So: 0,1 g Zs: 9,6 g Fe: 1,8 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 161,2 kcal Tz: 1,6 g Sz: 28,5 g So: 0,4 g Zs: 3,0 g Fe: 4,0 g Cu: 5,0 g Hs: -	En: 283,8 kcal Tz: 2,9 g Sz: 49,5 g So: 0,7 g Zs: 5,7 g Fe: 7,1 g Cu: 6,8 g Hs: -	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: -
Allergének	glutén, szezámmag, tejfőle	szőja, tejfőle	glutén, tejfőle, tojás	glutén, tejfőle, tojás	tejfőle
		Magvas kenyér T,U +			Graham kenyér T,U+
Tápanyag jellemzők		En: 150,1 kcal Tz: 0,2 g Sz: 29,4 g So: 1,2 g Zs: 0,8 g Fe: 4,7 g Cu: 0,1 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, szezámmag, szőja			glutén
Ebéd - A					
	Reszelt tészta leves +	Zőldborsó leves eperlevéllel+	Paradicsom leves betűtésztával +	Eperkrém leves +	Alfőldi gulyás leves +
Tápanyag jellemzők	En: 113,0 kcal Tz: 0,4 g Sz: 16,5 g So: 1,6 g Zs: 3,7 g Fe: 3,7 g Cu: 1,9 g Hs: 1,2 g	En: 131,9 kcal Tz: 0,3 g Sz: 17,1 g So: 2,0 g Zs: 4,5 g Fe: 5,8 g Cu: 2,7 g Hs: 1,4 g	En: 169,2 kcal Tz: 0,4 g Sz: 33,5 g So: 0,5 g Zs: 2,7 g Fe: 2,2 g Cu: 27,4 g Hs: 0,5 g	En: 198,6 kcal Tz: 0,9 g Sz: 38,6 g So: 0,0 g Zs: 3,3 g Fe: 2,6 g Cu: 30,6 g Hs: -	En: 239,1 kcal Tz: 1,1 g Sz: 23,1 g So: 1,9 g Zs: 11,6 g Fe: 14,1 g Cu: 0,4 g Hs: 1,4 g
Allergének	glutén, tojás, hal, szőja, tejfőle, zeller	glutén, hal, szőja, tejfőle, tojás, zeller	glutén	tejfőle, glutén	glutén, tojás, zeller
	Fejlesztettbab főzelék +	Harcsa paprikás+	Tortilla +	Hagymás sültcsirkemáj +	Répa torta+
Tápanyag jellemzők	En: 319,9 kcal Tz: 1,1 g Sz: 41,3 g So: 1,4 g Zs: 11,2 g Fe: 10,6 g Cu: 3,5 g Hs: 1,4 g	En: 226,1 kcal Tz: 2,6 g Sz: 2,5 g So: 1,8 g Zs: 13,8 g Fe: 17,8 g Cu: 0,3 g Hs: 1,4 g	En: 370,4 kcal Tz: 0,7 g Sz: 52,1 g So: 2,4 g Zs: 5,9 g Fe: 27,6 g Cu: 0,4 g Hs: 1,0 g	En: 223,1 kcal Tz: 1,9 g Sz: 2,4 g So: 1,5 g Zs: 13,3 g Fe: 24,5 g Cu: 0,1 g Hs: 1,2 g	En: 413,7 kcal Tz: 2,1 g Sz: 59,1 g So: 0,0 g Zs: 16,1 g Fe: 6,7 g Cu: 29,5 g Hs: -
Allergének	tejfőle, glutén	tejfőle, hal	zeller, glutén		glutén, tojás
	Debreceni páros +	Copfocska tészta +		Sós burgonya +	Vaníliás öntet +
Tápanyag jellemzők	En: 184,0 kcal Tz: 6,6 g Sz: 0,1 g So: 1,5 g Zs: 16,2 g Fe: 9,4 g Cu: 0,1 g Hs: -	En: 338,5 kcal Tz: 1,0 g Sz: 58,4 g So: 0,9 g Zs: 6,6 g Fe: 11,2 g Cu: 3,6 g Hs: 0,8 g		En: 241,5 kcal Tz: - Sz: 51,2 g So: 0,2 g Zs: 0,5 g Fe: 6,4 g Cu: - Hs: 0,2 g	En: 133,8 kcal Tz: - Sz: 20,1 g So: - Zs: 3,8 g Fe: 4,2 g Cu: 16,2 g Hs: -
Allergének		glutén, tojás			tejfőle
	Kenyér félbarna E+	Kenyér félbarna E+		Vegyes vágott savanyúság +	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: 8,4 kcal Tz: - Sz: 1,4 g So: - Zs: 0,1 g Fe: 0,5 g Cu: - 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, szőja	glutén, szőja			glutén, szőja

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

Ebéd - A

			Kenyer 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	

Uzsonna - A

	Vajkrém snidlinges +	Túró rudi +	Kenőmájás +	Parizer krém +	Kockasajt +
Tápanyag jellemzők	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: 107,4 kcal Zs: 5,4 g Tz: 5,4 g Fe: 3,0 g Sz: 11,7 g Cu: 11,0 g So: 0,0 g Hs: -	En: 81,3 kcal Zs: 6,9 g Tz: - Fe: 4,0 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,7 g Hs: -	En: 91,2 kcal Zs: 9,4 g Tz: 4,2 g Fe: 1,7 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,3 g Hs: -	En: 46,5 kcal Zs: 3,5 g Tz: 2,3 g Fe: 1,6 g Sz: 2,1 g Cu: 1,2 g So: 0,2 g Hs: -
Allergének	tejféle	tejféle		tejféle	tejféle
	Korpás kenyér (tizó,uzs) +		Graham kenyér T,U+	Graham kenyér T,U+	Magvas zsemle +
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: -		En: 141,4 kcal Zs: 1,0 g Tz: 1,0 g Fe: 5,0 g Sz: 24,6 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 141,4 kcal Zs: 1,0 g Tz: 1,0 g Fe: 5,0 g Sz: 24,6 g Cu: 0,1 g So: 0,9 g Hs: -	En: 98,0 kcal Zs: 1,6 g Tz: 0,3 g Fe: 3,2 g Sz: 16,8 g Cu: 0,3 g So: 0,6 g Hs: -
Allergének	glutén, szója		glutén	glutén	glutén, szezámag, szója

Vacsora - A

	Felvágott tavaszi +	Serpenyősburgonya kolbásszal,galuskával+	Májkrém 65gr +	Pizza (sonkás, kukoricás) +
Tápanyag jellemzők	En: 40,9 kcal Zs: 3,3 g Tz: 3,3 g Fe: 1,9 g Sz: 0,8 g Cu: 0,1 g So: 0,5 g Hs: -	En: 699,2 kcal Zs: 25,2 g Tz: 16,0 g Fe: 25,0 g Sz: 78,9 g Cu: 0,3 g So: 3,0 g Hs: 1,4 g	En: 49,0 kcal Zs: 3,8 g Tz: - Fe: 2,9 g Sz: 0,4 g Cu: - So: - Hs: -	En: 756,9 kcal Zs: 30,4 g Tz: 7,3 g Fe: 28,1 g Sz: 90,9 g Cu: 2,7 g So: 1,9 g Hs: -
Allergének	glutén, szója	glutén, tojás		szója, tejféle, glutén
	Mini margarin 20 gr +	Csemege uborka +	Kenyer félbarna R,V+	
Tápanyag jellemzők	En: 35,4 kcal Zs: 4,0 g Tz: 1,1 g Fe: - Sz: - Cu: - So: 0,1 g Hs: -	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: -	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	tejféle		glutén, szója	
	Kenyer félbarna R,V+	Kenyer félbarna R,V+	Zöldhagyma +	
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: 8,0 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,2 g Sz: 1,2 g Cu: - So: - Hs: -	
Allergének	glutén, szója	glutén, szója		



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2026. 8. hét (2026.02.16. - 2026.02.22.)

Iskola

Korcsoport: 7 - 10 év

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

2026.01.19. 11:55

4. / 4. oldal

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
SEnergia-A	1832,98kcal	2614,8kcal	1721,54kcal	2818,39kcal	1720,03kcal

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