



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2025. 42. hét (2025.10.13. - 2025.10.19.)

Középiskola

Korcsoport: 15 - 18 év

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

2025.09.19. 12:31

1. / 5. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Reggeli - A						
Tea +	Tea +	Kakaó +	Tea +	Karamellás tej+	Tea +	
Tápanyag jellemzők	En: 81,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 20,2 g Cu: 19,6 g So: - Hs: -	En: 81,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 20,2 g Cu: 19,6 g So: - Hs: -	En: 274,6 kcal Zs: 9,8 g Tz: - Fe: 12,3 g Sz: 33,0 g Cu: 32,2 g So: - Hs: -	En: 81,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 20,2 g Cu: 19,6 g So: - Hs: -	En: 284,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 37,5 g Cu: 37,1 g So: - Hs: -	En: 81,5 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 20,2 g Cu: 19,6 g So: - Hs: -
Allergének		tejféle, glutén		tejféle		
Bundás kenyér +	Diákcsemege +	Margarin +	Vaj +	Főtt virsli +	Lángos (tejfölös) +	
Tápanyag jellemzők	En: 421,8 kcal Zs: 15,6 g Tz: 0,3 g Fe: 13,4 g Sz: 53,2 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 193,6 kcal Zs: 17,4 g Tz: 7,1 g Fe: 9,0 g Sz: 0,2 g Cu: 0,1 g So: 0,7 g Hs: -	En: 111,6 kcal Zs: 12,6 g Tz: 5,9 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,0 g Hs: -	En: 149,2 kcal Zs: 16,4 g Tz: 11,6 g Fe: 0,2 g Sz: 0,2 g Cu: 0,1 g So: - Hs: -	En: 279,6 kcal Zs: 22,8 g Tz: - Fe: 15,6 g Sz: 3,1 g Cu: - So: - Hs: -	En: 648,1 kcal Zs: 13,4 g Tz: 0,7 g Fe: 19,6 g Sz: 108,9 g Cu: 0,3 g So: - Hs: -
Allergének	glutén, szója, tojás	tejféle	tejféle		tejféle, glutén	
	Margarin ráma+	Zsemle +	Párizsi felvágott (sertés) +	Ketchup +		
Tápanyag jellemzők	En: 111,6 kcal Zs: 12,6 g Tz: 5,9 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,0 g Hs: -	En: 267,5 kcal Zs: 2,0 g Tz: 1,0 g Fe: 7,6 g Sz: 52,0 g Cu: 0,9 g So: 1,5 g Hs: -	En: 96,8 kcal Zs: 8,0 g Tz: 3,1 g Fe: 5,3 g Sz: 0,1 g Cu: 0,0 g So: 0,9 g Hs: -	En: 2,7 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,0 g Sz: 0,7 g Cu: 0,6 g So: 0,1 g Hs: -		
Allergének	tejféle	glutén				
	Kenyér félbarna R,V+		Kenyér félbarna R,V+	Kenyér félbarna R,V+		
Tápanyag jellemzők	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -		En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -	En: 260,8 kcal Zs: 0,8 g Tz: 0,3 g Fe: 8,0 g Sz: 53,0 g Cu: 0,2 g So: 1,3 g Hs: -		
Allergének	glutén, szója		glutén, szója	glutén, szója		
Tízórai - A						
Kakaó +	Ívólé 100%-os /őszibarack/ +	Tej +	Tej +	Tejeskávé +	Ívólé 100%-os /alma/ +	
Tápanyag jellemzők	En: 274,6 kcal Zs: 9,8 g Tz: - Fe: 12,3 g Sz: 33,0 g Cu: 32,2 g So: - Hs: -	En: 160,0 kcal Zs: 0,0 g Tz: 0,0 g Fe: 1,0 g Sz: 36,5 g Cu: 35,2 g So: 0,0 g Hs: -	En: 204,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 17,5 g Cu: 17,5 g So: - Hs: -	En: 204,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 17,5 g Cu: 17,5 g So: - Hs: -	En: 256,6 kcal Zs: 9,2 g Tz: - Fe: 11,2 g Sz: 30,5 g Cu: 30,2 g So: - Hs: -	En: 147,2 kcal Zs: 0,3 g Tz: 0,3 g Fe: 0,3 g Sz: 36,2 g Cu: 34,6 g So: 0,0 g Hs: -
Allergének	tejféle, glutén	tejféle	tejféle	tejféle, glutén		
Bríos +	Tojáskrém +	Vajaspogácsa +	Croissant +	Margarin +	Vajkrém natúr +	
Tápanyag jellemzők	En: 186,3 kcal Zs: 3,6 g Tz: 1,9 g Fe: 4,6 g Sz: 32,4 g Cu: 5,2 g So: 0,5 g Hs: -	En: 132,6 kcal Zs: 12,8 g Tz: 4,5 g Fe: 3,8 g Sz: 0,6 g Cu: 0,3 g So: 0,2 g Hs: -	En: 361,9 kcal Zs: 16,0 g Tz: 8,5 g Fe: 7,0 g Sz: 45,0 g Cu: 1,7 g So: 2,5 g Hs: -	En: 439,2 kcal Zs: 21,4 g Tz: 11,4 g Fe: 7,8 g Sz: 51,2 g Cu: 4,8 g So: 2,1 g Hs: -	En: 111,6 kcal Zs: 12,6 g Tz: 5,9 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: 0,1 g So: 0,0 g Hs: -	En: 96,3 kcal Zs: 10,8 g Tz: 4,7 g Fe: 0,1 g Sz: 0,1 g Cu: - So: 0,1 g Hs: -
Allergének	glutén, tejféle, tojás	tojás, mustár, tejféle	glutén, tejféle, tojás	glutén, tejféle	tejféle	tejféle



ÉTLAP
2025. 42. hét (2025.10.13. - 2025.10.19.)
Középiskola
Korcsoport: 15 - 18 év

2025.09.19. 12:31
3. / 5. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Ebéd - B						
Lebbencs leves +	Citrusos meggy leves +	Magyaros zöldborsó leves galuskával+	Húsleves cérnametél+	Gulyás leves +		
Tápanyag En: 155,8 kcal Zs: 5,0 g jellemzők Tz: 0,6 g Fe: 3,9 g Sz: 22,7 g Cu: 0,6 g So: 2,4 g Hs: 1,2 g Allergének glutén, tojás	En: 254,1 kcal Zs: 4,3 g Tz: 0,9 g Fe: 3,0 g Sz: 50,2 g Cu: 27,4 g So: 0,0 g Hs: - tejféle, glutén	En: 201,1 kcal Zs: 5,6 g Tz: 0,3 g Fe: 8,7 g Sz: 28,7 g Cu: 0,1 g So: 1,7 g Hs: 1,4 g glutén, zeller	En: 111,7 kcal Zs: 4,4 g Tz: 0,3 g Fe: 3,6 g Sz: 13,8 g Cu: 0,3 g So: 1,9 g Hs: 1,4 g zeller, glutén, tojás, hal, szója, tejféle	En: 290,2 kcal Zs: 14,9 g Tz: 1,4 g Fe: 18,6 g Sz: 25,6 g Cu: 0,6 g So: 2,0 g Hs: 1,4 g glutén, tojás, zeller		
Bakonyi sertés tokány +	Rántott s.borda +	Sült csirkecomb +	Főtt sertéshús+	Tejberizs +		
Tápanyag En: 794,7 kcal Zs: 24,9 g jellemzők Tz: 1,3 g Fe: 21,3 g Sz: 2,2 g Cu: 0,0 g So: 2,8 g Hs: 1,9 g Allergének tejféle	En: 318,4 kcal Zs: 10,4 g Tz: 0,1 g Fe: 20,1 g Sz: 34,0 g Cu: 0,0 g So: 3,0 g Hs: 2,5 g glutén, tojás	En: 299,7 kcal Zs: 23,4 g Tz: 5,1 g Fe: 20,6 g Sz: 1,7 g Cu: 0,9 g So: 2,7 g Hs: 1,4 g glutén, tojás, zeller	En: 753,5 kcal Zs: 8,9 g Tz: - Fe: 23,1 g Sz: 0,4 g Cu: - So: - Hs: -	En: 693,0 kcal Zs: 11,5 g Tz: - Fe: 21,6 g Sz: 123,7 g Cu: 45,7 g So: 2,3 g Hs: 2,2 g tejféle		
Galuska kész+	Burgonyapüré +	Kukoricás rizs +	Alma mártás +	Kakaó szórát +		
Tápanyag En: 20,7 kcal Zs: 2,3 g jellemzők Tz: 0,3 g Fe: - Sz: - Cu: - So: 0,2 g Hs: 0,2 g Allergének	En: 472,1 kcal Zs: 18,6 g Tz: 7,4 g Fe: 10,3 g Sz: 64,3 g Cu: 4,3 g So: 3,0 g Hs: 2,9 g tejféle	En: 454,5 kcal Zs: 9,8 g Tz: 1,3 g Fe: 12,1 g Sz: 78,8 g Cu: - So: 2,4 g Hs: 2,4 g	En: 325,6 kcal Zs: 6,0 g Tz: 1,0 g Fe: 5,0 g Sz: 63,6 g Cu: 26,6 g So: 0,0 g Hs: - tejféle, glutén	En: 75,8 kcal Zs: 0,7 g Tz: 0,3 g Fe: 0,8 g Sz: 16,0 g Cu: 15,6 g So: 0,0 g Hs: - glutén		
Korpás kenyér (ebéd) +	Csemege uborka +	Őszibarack befőtt +	Pirított dara +	Kenyer félbarna E+		
Tápanyag En: 123,4 kcal Zs: 0,5 g jellemzők Tz: 0,2 g Fe: 4,0 g Sz: 24,0 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - Allergének glutén, szója	En: 35,3 kcal Zs: 0,0 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 1,3 g Cu: 0,5 g So: 0,6 g Hs: -	En: 84,2 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 22,7 g Cu: 20,7 g So: 19,5 g Hs: -	En: 161,7 kcal Zs: 3,2 g Tz: 0,6 g Fe: 3,8 g Sz: 29,2 g Cu: - So: 1,4 g Hs: 1,4 g glutén	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója		
	Kenyer félbarna E+	Kenyer félbarna E+	Kenyer félbarna E+	Alma +		
Tápanyag En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g jellemzők Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - Allergének	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója	En: 130,4 kcal Zs: 0,4 g Tz: 0,1 g Fe: 4,0 g Sz: 26,5 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: - glutén, szója	En: 46,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 10,5 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -		
Uzsonna - A						
Zala krém +	Sajt mozzarella +	Pizzás szendvicskrém +	Kacsa-, libazsír +	Kockasajt +	Szeletelt gouda sajt+	
Tápanyag En: 133,0 kcal Zs: 13,7 g jellemzők Tz: 6,2 g Fe: 2,5 g Sz: 0,4 g Cu: 0,1 g So: 0,2 g Hs: - Allergének szója, tejféle	En: 151,0 kcal Zs: 11,0 g Tz: 5,5 g Fe: 12,5 g Sz: 0,5 g Cu: 0,5 g So: 0,8 g Hs: - tejféle	En: 104,2 kcal Zs: 10,3 g Tz: 4,7 g Fe: 1,8 g Sz: 1,4 g Cu: 0,2 g So: 0,5 g Hs: - szója, tejféle	En: 184,2 kcal Zs: 19,8 g Tz: - Fe: 0,1 g Sz: - Cu: - So: - 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: - tejféle	En: 59,1 kcal Zs: 4,4 g Tz: 2,9 g Fe: 4,9 g Sz: 0,2 g Cu: 0,2 g So: 0,3 g Hs: - tejféle	



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula
Nürnbergi u. 8.

ÉTLAP

2025. 42. hét (2025.10.13. - 2025.10.19.)

Középiskola

Korcsoport: 15 - 18 év

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

2025.09.19. 12:31

5. / 5. oldal

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
SEnergia-A2638,07kcal	4175,64kcal	2948,24kcal	4077,73kcal	3537,25kcal	2475,96kcal	0kcal
SEnergia-B1094,6kcal	1210,31kcal	1169,97kcal	1482,93kcal	1235,99kcal	0kcal	0kcal

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