

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2025.01.06.	EN=225,01kcal FH=5,86g ZS=9,47g SZH=28,15g CK=5,14g SO=0,95g TZS=1,39g Csipkebogolyótea; Harcsapástétom zöldfűszeres (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=323,08kcal FH=18,07g ZS=10,43g SZH=37,06g CK=0,30g SO=0,21g TZS=1,01g Csibevagdalt tej, tojásmentes; Kelkáposztafőzelék tejlisztmentes;	EN=258,08kcal FH=4,37g ZS=3,90g SZH=49,59g CK=18,40g SO=0,70g TZS=0,50g Gyümölcs tea (gyermek); Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;
<b>KEDD</b> 2025.01.07.	EN=160,48kcal FH=6,81g ZS=2,46g SZH=26,82g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,46g Gyümölcs tea (gyermek); Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=373,69kcal FH=18,29g ZS=8,69g SZH=53,60g CK=10,50g SO=0,32g TZS=0,65g Natur pulykamellfilé; Alma-fehérpapafőzelék 'tejmentes'; Burgonya puré 'tejmentes';	EN=243,01kcal FH=7,75g ZS=6,97g SZH=36,04g CK=5,15g SO=1,09g TZS=1,15g Csipkebogolyótea; Csibemájskrém; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;
<b>SZERDA</b> 2025.01.08.	EN=176,71kcal FH=6,42g ZS=4,87g SZH=25,87g CK=5,08g SO=0,99g TZS=0,86g Csipkebogolyótea; Pápai sonka 'Tej', Szója-, Lisztmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=426,37kcal FH=20,72g ZS=9,95g SZH=58,92g CK=10,67g SO=0,20g TZS=0,56g Diós sertésragadt 'tej, tojásmentes' (6)*; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Burgonya puré 'tejmentes';	EN=186,96kcal FH=8,28g ZS=4,31g SZH=26,89g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g Gyümölcs tea (gyermek); Csibehúskrém ligával 'gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.01.09.	EN=164,23kcal FH=4,80g ZS=3,90g SZH=26,73g CK=5,20g SO=0,90g TZS=1,38g Gyümölcs tea (gyermek); Párizsikrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Banán, víz;	EN=329,75kcal FH=12,69g ZS=8,94g SZH=48,37g CK=5,05g SO=0,25g TZS=0,84g Kartofolleves levesbetétel; Bolognai orsó tésztával (csirke); Alma, víz;	EN=209,31kcal FH=6,42g ZS=4,25g SZH=36,24g CK=5,15g SO=1,20g TZS=1,03g Toast sonkás felvágott (diéta); Csipkebogolyótea; Bebo margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;
<b>PÉNTEK</b> 2025.01.10.	EN=178,51kcal FH=4,41g ZS=5,90g SZH=26,19g CK=5,11g SO=0,89g TZS=1,64g Csipkebogolyótea; Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=337,79kcal FH=15,05g ZS=8,36g SZH=50,89g CK=10,87g SO=0,31g TZS=0,70g Pulykahúsgombóc 'tej, tojás, lisztmentes'; Alma-cékla-főzelék 'Tejmentes'; Főtt burgonya;	EN=264,10kcal FH=8,48g ZS=1,64g SZH=39,75g CK=0,27g SO=0,77g TZS=0,50g Postos ivólé 100% narancs; Karotlás csikéhúskrém ligával; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keregyesi úti út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@suli-host.hu](mailto:mail@suli-host.hu)

**Étlap név:**  
**3200A1 Tejmentes 'Kisded'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék  
mandula, pisztácia; 8=Földilmogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

**"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"**

HÉTFŐ 2025.01.13.	KEDD 2025.01.14.	SZERDA 2025.01.15.	CSÜTÖRTÖK 2025.01.16.	PÉNTEK 2025.01.17.			
<p><b>Reggeli</b></p> <p>Csipkebogyótea; Sertéssült 'diéta'; Bebo margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>Tízórai</b></p> <p>Alma, víz;</p>	<p><b>Ebéd A</b></p> <p>Pritaminos pulykavagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;</p>	<p><b>Uzsonna</b></p> <p>Gyümölcs tea (gyermek); Pritaminos petrezselymes sertéssúskrem ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>EN=246,50kcal FH=9,69g ZS=6,85g SZH=35,11g CK=5,38g SO=0,73g TZS=1,00g</p>	<p>EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p>	<p>EN=231,16kcal FH=17,42g ZS=6,46g SZH=37,77g CK=4,71g SO=0,19g TZS=0,53g</p>	<p>EN=192,81kcal FH=7,61g ZS=5,54g SZH=27,22g CK=5,26g SO=0,59g TZS=0,16g</p>
<p>Gyümölcs tea (gyermek); Harcsapástétom paradicsomos (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóborka;</p>	<p>Alma, víz;</p>	<p>Rakott brokkoli kölessel 'tejmentes'; Rostos ivólé 100% alma;</p>	<p>Gyümölcs tea (gyermek); Kapros sertéssúskrem ligával; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>EN=225,88kcal FH=5,95g ZS=9,50g SZH=28,29g CK=5,14g SO=0,95g TZS=1,39g</p>	<p>EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p>	<p>EN=421,79kcal FH=20,14g ZS=9,06g SZH=46,92g CK=3,39g SO=0,37g TZS=0,53g</p>	<p>EN=183,13kcal FH=4,48g ZS=6,37g SZH=26,19g CK=5,17g SO=0,86g TZS=1,76g</p>
<p>Csipkebogyótea; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Alma, víz;</p>	<p>Pincepörkölt (csirkemell, csirkemáj); Párolt rizs; Fejleszkapoztásaláta;</p>	<p>Natur pulykamellfilé 'diéta'; Almamártás 'tejmentes'; Burgonya püre 'tejmentes';</p>	<p>EN=172,71kcal FH=5,39g ZS=4,28g SZH=27,44g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g</p>	<p>EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p>	<p>EN=277,73kcal FH=17,58g ZS=6,57g SZH=51,10g CK=3,58g SO=0,14g TZS=0,51g</p>	<p>EN=233,73kcal FH=8,57g ZS=6,22g SZH=34,68g CK=5,15g SO=0,73g TZS=0,20g</p>
<p>Gyümölcs tea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Paradicsom;</p>	<p>Alma, víz;</p>	<p>EN=337,81kcal FH=18,43g ZS=3,49g SZH=54,90g CK=20,20g SO=0,11g TZS=0,10g</p>	<p>Rostos ivólé 100% alma; Bebo mini-méz; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>EN=173,88kcal FH=5,34g ZS=4,23g SZH=27,77g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g</p>	<p>EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p>	<p>EN=337,81kcal FH=18,43g ZS=3,49g SZH=54,90g CK=20,20g SO=0,11g TZS=0,10g</p>	<p>EN=279,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=46,28g CK=16,50g SO=0,59g TZS=0,86g</p>
<p>Csipkebogyótea; Párizsikrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Alma, víz;</p>	<p>Párolt csirkemell; Karalábefőzelék 'tejmentes'; Burgonya püre 'tejmentes';</p>	<p>Gyümölcs tea (gyermek); Szármnyashuspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>EN=166,36kcal FH=4,86g ZS=3,96g SZH=27,09g CK=5,20g SO=0,90g TZS=1,36g</p>	<p>EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p>	<p>EN=351,73kcal FH=17,81g ZS=8,72g SZH=47,78g CK=11,73g SO=0,32g TZS=0,82g</p>	<p>EN=175,92kcal FH=7,95g ZS=4,02g SZH=26,27g CK=5,21g SO=0,59g TZS=0,16g</p>

**Étllap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, KenyérÉrtéki út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [anadi@suli-host.hu](mailto:anadi@suli-host.hu)

**Étllap név:**  
**3200A1 Tejmentes 'Kisded'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SÓ; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezammag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információjukat kapcsolatban érdeklőjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

**"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"**

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2025.01.20.	EN=206,41kcal FH=6,72g ZS=6,98g SZH=28,24g CK=5,08g SO=0,98g TZS=1,81g Csipkebogyótea; Csibemájaskrém; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	EN=52,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=11,30g CK=10,00g SO=0,00g TZS=0,10g Almapüré 100g ;	EN=388,22kcal FH=13,35g ZS=13,51g SZH=52,98g CK=13,84g SO=0,45g TZS=0,95g Rakott sütlők burgonyaalappal 'tejmentes'; Alma;	EN=166,99kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g Gyümölcs tea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>KEDD</b> 2025.01.21.	EN=247,50kcal FH=6,71g ZS=4,90g SZH=30,31g CK=0,08g SO=0,99g TZS=0,86g Rostos ivólé 100% alma; Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=343,65kcal FH=16,62g ZS=9,13g SZH=46,50g CK=7,73g SO=0,42g TZS=0,76g Tárkonyos sertésraguleves; Gyümölcsrizs tejmentes;	EN=174,79kcal FH=7,92g ZS=4,02g SZH=25,99g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g Gyümölcs tea (gyermek); Zöldszéges csirkéhúskrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>SZERDA</b> 2025.01.22.	EN=185,86kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=371,96kcal FH=16,78g ZS=7,31g SZH=79,23g CK=5,98g SO=0,42g TZS=0,21g Kukoricadará s halifilé (9)*; Zöldbabfőzelék tejmentes; Tort burgonya;	EN=166,99kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g Gyümölcs tea (gyermek); Csibemájaskrém; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.01.23.	EN=157,81kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,40g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,46g Gyümölcs tea (gyermek); Tauris zöldszéges felvágott; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=285,83kcal FH=13,45g ZS=6,45g SZH=40,67g CK=4,30g SO=0,80g TZS=0,63g Párolt csirkemell; Vadasmártás 'tejmentes' (5)*; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=200,68kcal FH=6,37g ZS=6,89g SZH=27,36g CK=5,08g SO=0,95g TZS=1,81g Rostos ivólé 100% naranos; Bebo margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
<b>PÉNTEK</b> 2025.01.24.	EN=178,78kcal FH=4,41g ZS=5,90g SZH=26,22g CK=5,11g SO=0,89g TZS=1,64g Gyümölcs tea (gyermek); Tauris zöldszéges felvágott; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=285,83kcal FH=13,45g ZS=6,45g SZH=40,67g CK=4,30g SO=0,80g TZS=0,63g Párolt csirkemell; Vadasmártás 'tejmentes' (5)*; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=288,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=39,40g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g Rostos ivólé 100% naranos; Bebo margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;

## Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



**SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOZGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kanyarégyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@sulli-host.hu

Étlap név:  
**3200A1 Tejmentes 'Kisded'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék;  
mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pinátesztük  
Ételünk az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett  
munkatársainkkal.

"Sulli-Host Étkeztetési  
Rendszer 3.0"

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2025.01.27.	Gyümölcs tea (gyermek); Toasti sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Csibefasírt tej-, tojásmentes; Salátáőzelek 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Csipkebogyó tea; Harcosapététom zöldfűszerezés (9)*; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=166,98kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=344,63kcal FH=15,87g ZS=8,07g SZH=49,36g CK=6,30g SO=0,17g TZS=0,76g	EN=270,01kcal FH=7,33g ZS=9,61g SZH=57,24g CK=5,21g SO=1,09g TZS=1,43g
<b>KEDD</b> 2025.01.28.	Csipkebogyó tea; Pritaminos petrezselymes sertés húskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Köfte, víz;	Kapros káposzta pulyka tt.liszment; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Gyümölcs tea (gyermek); Csibemájaskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=186,54kcal FH=7,24g ZS=5,45g SZH=26,30g CK=5,26g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=36,40kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=371,35kcal FH=20,40g ZS=9,94g SZH=51,61g CK=0,42g SO=0,80g TZS=0,97g	EN=204,28kcal FH=6,67g ZS=6,92g SZH=27,87g CK=5,08g SO=0,95g TZS=1,81g
<b>SZERDA</b> 2025.01.29.	Csipkebogyó tea; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Rostos ivólé 100% narancs; Rakott zöldségek 'Tej-, Toj. ment. csirke';	Gyümölcs tea (gyermek); Toasti sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=185,86kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=367,67kcal FH=19,03g ZS=5,38g SZH=47,70g CK=4,62g SO=0,31g TZS=0,30g	EN=166,98kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.01.30.	Gyümölcs tea (gyermek); Szárnyashuspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;	Alma, víz;	Zöldborsós csirkemáj; Párolt rizs; Házi céklasaláta;	Rostos ivólé 100% alma; Pulykasült 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=179,52kcal FH=8,25g ZS=4,05g SZH=26,78g CK=5,21g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=261,21kcal FH=12,71g ZS=6,34g SZH=52,16g CK=6,02g SO=0,15g TZS=0,53g	EN=262,94kcal FH=9,44g ZS=5,59g SZH=29,90g CK=0,08g SO=0,59g TZS=0,96g
<b>PÉNTEK</b> 2025.01.31.	Csipkebogyó tea; Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mandarin, víz;	Pulykavagdalt tej-tojásmentes; Sárgarépaőzelek 'tejmentes'; Főtt burgonya;	Gyümölcs tea (gyermek); Sertés húskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=182,86kcal FH=4,47g ZS=6,37g SZH=26,17g CK=5,17g SO=0,88g TZS=1,76g	EN=31,50kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,86g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=373,77kcal FH=16,11g ZS=10,12g SZH=50,87g CK=12,03g SO=0,35g TZS=0,91g	EN=193,48kcal FH=7,62g ZS=5,54g SZH=27,41g CK=5,35g SO=0,59g TZS=0,16g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keregyér utca 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@suli-host.hu](mailto:mail@suli-host.hu)

**Étlap név:**  
**3200A1 Tejmentes 'Kisded'**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Fákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Puhítósűrűk  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információt a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

**"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"**

# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 3200A1 Tejmentes 'Kisded'

Időszak: 2025.01.06.-tól 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma, víz Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma-céklafőzelék Tejmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. cékla, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott'	176,44kcal	2,51g	4,03g	31,43g	10,70g	0,15g	0,40g
Alma-fehérrépa-főzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. gyökér, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	215,23kcal	3,28g	5,78g	37,43g	10,50g	0,25g	0,55g
Almamártás 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	172,39kcal	2,12g	0,41g	38,70g	20,20g	0,04g	0,00g
Almapüré 100g Összetétel: Püré 'Alma' Cukormentes 100g	52,00kcal	0,30g	0,10g	11,30g	10,00g	0,00g	0,10g
Banán, víz Összetétel: Banán	84,00kcal	1,04g	0,00g	19,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bebo mini - méz Összetétel: Bebo mini margarin, Miniméz 20g	91,50kcal	0,00g	3,50g	16,48g	16,42g	0,00g	0,70g
Bolognai orsó tésztával (csirke) Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Kristálycukor, Oregánó, OrsóTészta, Só 'jódozott, főzővíz', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	222,47kcal	10,72g	3,97g	35,30g	3,52g	0,04g	0,31g
Burgonya püré 'tejmentes' Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott, főzővíz'	73,50kcal	1,93g	0,28g	14,40g	0,00g	0,01g	0,00g
Csibefasírt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma	122,99kcal	11,97g	5,15g	6,35g	0,30g	0,06g	0,51g
Csibehúskrém ligával 'gluténmentes' Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	59,48kcal	4,94g	4,40g	0,10g	0,00g	0,03g	0,00g
Csibemájaskrém Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,02kcal	12,58g	5,13g	1,76g	0,30g	0,06g	0,51g
Csipkebogyótea Összetétel: Citrom, Kristálycukor, Tea filteres	20,81kcal	0,01g	0,00g	5,07g	5,00g	0,00g	0,00g
Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes' Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	30,15kcal	1,50g	2,55g	0,30g	0,09g	0,30g	0,90g
Diós sertésvagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	123,72kcal	8,74g	6,48g	6,51g	0,17g	0,06g	0,20g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 3200A1 Tejmentes 'Kisded'

Időszak: 2025.01.06.-tól 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Fejeskáposztasaláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,67kcal	0,64g	0,08g	5,29g	3,00g	0,06g	0,00g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,25g	0,15g	9,20g	0,00g	0,01g	0,00g
Gyümölcsrizs tejmentes Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizs 'A', Rizsital	242,42kcal	5,54g	1,23g	72,44g	5,20g	0,10g	0,00g
Gyümölcstea (gyermek) Összetétel: Citrom, Kristálycukor, Tea filteres	21,08kcal	0,02g	0,00g	5,09g	5,00g	0,00g	0,00g
Harcapástétom paradicsomos Összetétel: Paradicsomos harcapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Harcapástétom zöldfűszeres Összetétel: Zöldfűszeres harcapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Házi céklasaláta Összetétel: Bioecet, Fagy. cékla, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	31,71kcal	0,65g	0,05g	6,96g	4,00g	0,06g	0,00g
Kapros káposzta pulyka tt,lisztment. Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Kapor, Köménymag, Pulykamell filé, Rizs 'A', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	270,95kcal	17,44g	9,62g	30,81g	0,34g	0,24g	0,81g
Kapros sertéshúskrém ligával Összetétel: Kapor, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott'	69,65kcal	4,20g	5,82g	0,09g	0,00g	0,03g	0,00g
Karalábéfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karalábé, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	205,65kcal	3,54g	6,10g	33,13g	11,74g	0,25g	0,62g
Karfiollevés levesbetéttel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	85,59kcal	1,69g	4,96g	8,17g	1,53g	0,20g	0,53g
Karottás csirkehúskrém ligával Összetétel: Csirkemell filé, Fagy. sárgarépa, Liga margarin, Só 'jódozott'	27,10kcal	3,77g	1,15g	0,35g	0,12g	0,07g	0,30g
Kelkáposztafőzelék tej,lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,15g	0,50g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Körte, víz Összetétel: Körte	36,40kcal	0,28g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricadarás halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	76,44kcal	6,72g	3,23g	4,99g	0,00g	0,67g	0,30g
Mandarin, víz Összetétel: Mandarin	31,50kcal	0,49g	0,00g	6,86g	0,00g	0,00g	0,00g

# Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 3200A1 Tejmentes 'Kisded'

Időszak: 2025.01.06.-tól 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mexikói főzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott'	187,33kcal	5,60g	3,10g	33,38g	7,38g	0,27g	0,25g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Natur pulykamellfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	84,97kcal	13,09g	2,64g	1,78g	0,00g	0,06g	0,10g
Natur pulykamellfilé 'diéta' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	91,92kcal	14,39g	2,81g	1,80g	0,00g	0,06g	0,10g
Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes' Összetétel: Pápai sonka	24,00kcal	3,45g	1,05g	0,00g	0,00g	0,44g	0,00g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Párizsikrém ligával Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd, Liga margarin	39,15kcal	1,53g	3,55g	0,33g	0,12g	0,34g	1,20g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	72,58kcal	12,35g	2,34g	0,25g	0,00g	0,06g	0,20g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizs 'A', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	132,67kcal	3,23g	1,99g	39,82g	0,17g	0,02g	0,20g
Pincepörkölt (csirkemell, csirkemáj) Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	120,40kcal	13,71g	4,50g	5,99g	0,41g	0,06g	0,31g
Pritaminos petrezselymes serteshuskrém ligával Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	65,33kcal	4,27g	5,13g	0,43g	0,18g	0,03g	0,00g
Pritaminos pulykavagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	82,07kcal	10,69g	3,23g	2,08g	0,41g	0,06g	0,21g
Pulykahúsgombóc tej,tojás,lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	114,36kcal	11,29g	4,18g	10,26g	0,17g	0,15g	0,30g
Pulykahúskrém ligával Összetétel: Liga margarin 70%, Pulykamell filé, Só 'jódozott'	58,65kcal	5,18g	4,18g	0,08g	0,00g	0,03g	0,00g
Pulykasült 'diéta' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott'	43,04kcal	6,48g	1,77g	0,10g	0,00g	0,03g	0,10g
Pulykavagdalt tej-tojásmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	89,45kcal	10,66g	4,15g	1,93g	0,33g	0,06g	0,31g
Rakott brokkoli kölessel 'tejmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	333,79kcal	20,14g	9,06g	37,92g	3,39g	0,37g	0,33g
Rakott karfiol 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Rizs 'A', Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	316,23kcal	16,67g	10,18g	39,78g	3,21g	0,24g	0,46g

## Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 3200A1 Tejmentes 'Kisded'

Időszak: 2025.01.06.-tól 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott sütőtök burgonyaalappal 'tejmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Liga margarin 70%, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	366,52kcal	13,08g	13,51g	48,06g	13,84g	0,45g	0,95g
Rakott zöldségek 'Tej-,Toj. ment. csirke' Összetétel: Burgonya, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	279,67kcal	19,03g	5,38g	38,70g	4,62g	0,31g	0,30g
Rostos ivólé 100% alma Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100% narancs Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Salátafőzelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fejes saláta, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	148,35kcal	1,97g	2,64g	28,62g	8,00g	0,10g	0,25g
Sárgarépafőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	237,32kcal	4,21g	5,83g	39,74g	11,70g	0,28g	0,60g
Sertéshúskrém ligával Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	66,00kcal	4,29g	5,13g	0,62g	0,27g	0,03g	0,00g
Sertéssült 'diéta' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	51,19kcal	5,33g	2,95g	0,54g	0,23g	0,03g	0,10g
Sonkakrém ligával Összetétel: Liga margarin, Pápai sonka	33,00kcal	3,48g	2,05g	0,03g	0,03g	0,48g	0,30g
Szárnyashuspástétom ligával Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Só 'jódozott', Vöröshagyma	54,44kcal	4,97g	3,70g	0,38g	0,13g	0,03g	0,00g
Tárkonyos sertésraguleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	129,53kcal	11,25g	6,08g	6,78g	0,78g	0,32g	0,21g
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	25,80kcal	1,43g	2,08g	0,32g	0,03g	0,33g	0,78g
Tepsis prít.pulyka pog. Tej-tojment. Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Pulykamell filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	109,33kcal	9,77g	5,88g	3,92g	0,35g	0,15g	0,51g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,25g	0,15g	9,20g	0,00g	0,01g	0,00g
Vadasmártás 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	139,24kcal	3,53g	0,75g	29,06g	9,10g	0,24g	0,07g
Zöldbabfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	162,10kcal	5,48g	3,08g	26,48g	4,30g	0,13g	0,33g
Zöldborsófőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	229,15kcal	10,06g	3,20g	38,00g	10,50g	0,13g	0,36g



## Étlap melléklet

*Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!*

**Étlap: 3200A1 Tejmentes 'Kisded'**

**Időszak: 2025.01.06.-tól 2025.01.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldborsós csirkemáj <small>Összetétel: Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Fagy, pritamin paprika, Fagy, zöldborsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma</small>	96,83kcal	8,83g	4,29g	5,38g	1,85g	0,07g	0,33g
Zöldpaprika <small>Összetétel: Zöldpaprika</small>	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges csirkehéúskrém ligával <small>Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'</small>	53,31kcal	4,94g	3,70g	0,10g	0,00g	0,03g	0,00g
Zsemle 'Adalékmentes' <small>Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g</small>	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g