	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.11.30.	Tej (2,8%) (2)*; Csirkemájaskrém; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Banán;	Darált párolt pulykamell; Reszelt sajt (2)*; Paradicsom mártás (1, 5)*; Főtt burgonya 1/2;	Csipkebogyótea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=247,20kcal FH=11,60g ZS=9,40g SZH=28,80g CK=9,40g SÓ=1,00g TZS=4,40g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=340,20kcal FH=21,50g ZS=11,20g SZH=36,40g CK=10,70g SÓ=0,30g TZS=2,80g	EN=172,00kcal FH=5,30g ZS=3,20g SZH=29,90g CK=5,50g SÓ=1,00g TZS=1,80g
KEDD 2026.12.01.	Vaníliástej (2,8%) (1, 2)*; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;	Reszelt körte;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Darált párolt csirkemell; Reszelt sajt (2)*; Zöldborsó főzelék (1, 2)*;	Gyümölcstea; Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=297,60kcal FH=9,00g ZS=10,50g SZH=40,80g CK=21,90g SÓ=0,60g TZS=5,40g	EN=41,60kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=9,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=365,20kcal FH=26,30g ZS=10,20g SZH=39,60g CK=17,40g SÓ=0,40g TZS=3,60g	EN=174,90kcal FH=6,50g ZS=4,70g SZH=24,70g CK=5,30g SÓ=0,80g TZS=1,50g
SZERDA 2026.12.02.	Tej (2,8%) (2)*; Házi körözött (2)*; Rozsláng kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Narancs;	Darált párolt csirkemell; Sóskafőzelék tejszínes (1, 2)*; Tört burgonya 1/2; Reszelt körte;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=249,10kcal FH=11,50g ZS=7,90g SZH=31,80g CK=9,40g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=32,80kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,80g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=338,70kcal FH=18,60g ZS=7,40g SZH=45,40g CK=7,30g SÓ=0,20g TZS=1,60g	EN=249,80kcal FH=7,70g ZS=6,40g SZH=39,70g CK=16,70g SÓ=0,90g TZS=3,40g
CSÜTÖRTÖK 2026.12.03.	Tejeskávé (1, 2)*; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Reszelt körte;	Darált párolt csirkemáj; Reszelt sajt (2)*; Finomfőzelék (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Tauris zöldséges felvágott; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Savanyú káposzta (6)*;
	EN=292,10kcal FH=8,70g ZS=12,90g SZH=35,30g CK=11,40g SÓ=0,80g TZS=8,30g	EN=41,60kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=9,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=343,20kcal FH=22,00g ZS=10,90g SZH=37,00g CK=11,60g SÓ=0,40g TZS=3,50g	EN=167,40kcal FH=5,50g ZS=4,60g SZH=25,60g CK=5,20g SÓ=1,90g TZS=1,60g
PÉNTEK 2026.12.04.	Tej (2,8%) (2)*; Brokkolis zöldégpástétom; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Alma;	Darált párolt csirkemell; Reszelt sajt (2)*; Tejszínes őszibarackmártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Natúr joghurt (2)*; Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Kukoricás kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=251,00kcal FH=10,10g ZS=10,30g SZH=29,20g CK=9,40g SÓ=1,20g TZS=4,10g	EN=24,80kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=5,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=335,70kcal FH=20,40g ZS=8,40g SZH=42,80g CK=17,60g SÓ=0,30g TZS=3,40g	EN=278,60kcal FH=13,50g ZS=12,30g SZH=27,60g CK=6,10g SÓ=1,20g TZS=7,40g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULI – HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Bölcsöde 'Tipegő'

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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestüek
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"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.12.07.	Tej (2,8%) (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Banán;	Darált párolt pulykamell; Reszelt sajt (2)*; Fejeskáposztafőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2; Alma;	Csipkebogyótea; Pápai sonka; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=249,10kcal FH=10,40g ZS=8,40g SZH=32,80g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=4,90g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=365,50kcal FH=23,90g ZS=10,40g SZH=41,80g CK=4,30g SÓ=0,40g TZS=3,40g	EN=159,80kcal FH=7,30g ZS=3,40g SZH=24,10g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=0,80g
KEDD 2026.12.08.	Kakaó (2, 4)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Alma;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Darált párolt sertéshús; Reszelt sajt (2)*; Sütőtökfőzelék (1, 2)*;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=265,80kcal FH=10,20g ZS=8,30g SZH=37,40g CK=14,70g SÓ=0,90g TZS=4,10g	EN=24,80kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=5,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=358,90kcal FH=19,20g ZS=13,90g SZH=37,10g CK=17,50g SÓ=0,40g TZS=3,60g	EN=204,80kcal FH=8,90g ZS=7,80g SZH=24,40g CK=6,20g SÓ=0,90g TZS=4,40g
SZERDA 2026.12.09.	Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes túró (2)*; Rozsláng kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Reszelt körte;	Főtt tojás 0,5 (3)*; Reszelt sajt (2)*; Sárgaborsófőzelékpüré (1)*;	Gyümölcstea; Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=242,60kcal FH=11,40g ZS=7,40g SZH=32,00g CK=9,40g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=41,60kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=9,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=301,30kcal FH=18,20g ZS=9,20g SZH=33,60g CK=0,30g SÓ=0,40g TZS=3,20g	EN=183,90kcal FH=5,70g ZS=4,00g SZH=30,80g CK=5,50g SÓ=1,20g TZS=2,20g
CSÜTÖRTÖK 2026.12.10.	Tej (2,8%) (2)*; Csibehúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*;	Narancs;	Darált párolt csirkemell; Reszelt sajt (2)*; Alma-cukkini főzelék (1, 2)*;	Kefír (2)*; Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=251,80kcal FH=14,50g ZS=7,40g SZH=31,50g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=32,80kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,80g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=349,10kcal FH=20,10g ZS=13,20g SZH=36,00g CK=16,10g SÓ=0,40g TZS=3,80g	EN=255,50kcal FH=8,60g ZS=13,80g SZH=24,20g CK=5,90g SÓ=0,80g TZS=9,30g
PÉNTEK 2026.12.11.	Tejeskávé (1, 2)*; Sárgabaracklekvár; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Banán;	Darált párolt pulykamell; Reszelt sajt (2)*; Ínyenc zöldségfőzelék (1, 2, 5)*;	Csipkebogyótea; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=239,20kcal FH=8,20g ZS=6,60g SZH=36,20g CK=17,10g SÓ=0,90g TZS=3,40g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=338,70kcal FH=24,40g ZS=13,30g SZH=28,80g CK=5,30g SÓ=0,30g TZS=3,70g	EN=185,70kcal FH=5,30g ZS=5,00g SZH=29,10g CK=5,50g SÓ=0,80g TZS=0,60g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULI – HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Bölcsöde 'Tipegő'

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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 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"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.12.14.	Tej (2,8%) (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Rozsláng kenyér (1)*;	Reszelt körte;	Darált párolt csirkemell; Reszelt sajt (2)*; Brokkolifőzelék (1, 2)*; Alma;	Gyümölcstea; Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Savanyú káposzta (6)*;
	EN=236,10kcal FH=9,10g ZS=8,10g SZH=31,00g CK=9,40g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=41,60kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=9,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=322,40kcal FH=23,50g ZS=12,40g SZH=26,50g CK=4,20g SÓ=0,40g TZS=3,80g	EN=169,30kcal FH=5,70g ZS=2,80g SZH=30,00g CK=5,50g SÓ=2,00g TZS=0,70g
KEDD 2026.12.15.	Tej (2,8%) (2)*; Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;	Banán;	Rostos ivólé 100%-os alma; Darált párolt sertéshús; Reszelt sajt (2)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Pritaminos csibemájkrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=286,00kcal FH=15,00g ZS=12,60g SZH=27,80g CK=9,40g SÓ=1,20g TZS=7,20g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=334,40kcal FH=21,30g ZS=14,10g SZH=28,20g CK=8,90g SÓ=0,40g TZS=3,50g	EN=172,80kcal FH=8,10g ZS=2,30g SZH=29,50g CK=5,60g SÓ=0,70g TZS=0,00g
SZERDA 2026.12.16.	Tej (2,8%) (2)*; Karfiolos zöldégpástétom; Kukoricás kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Narancs;	Darált párolt csirkemell; Reszelt sajt (2)*; Almamártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Tej (2,8%) (2)*; Liga margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=266,30kcal FH=9,70g ZS=10,20g SZH=32,60g CK=9,30g SÓ=1,20g TZS=4,10g	EN=32,80kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,80g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=337,40kcal FH=19,90g ZS=7,50g SZH=44,50g CK=19,60g SÓ=0,30g TZS=3,00g	EN=195,20kcal FH=8,30g ZS=6,60g SZH=25,40g CK=7,10g SÓ=0,90g TZS=3,40g
CSÜTÖRTÖK 2026.12.17.	Vaníliástej (2,8%) (1, 2)*; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alma;	Darált párolt csirkemell; Reszelt sajt (2)*; Karfiolfőzelék (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Párizsikrém; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=326,70kcal FH=9,60g ZS=14,20g SZH=40,30g CK=18,60g SÓ=0,80g TZS=9,10g	EN=24,80kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=5,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=276,20kcal FH=21,10g ZS=10,00g SZH=23,90g CK=6,00g SÓ=0,40g TZS=3,50g	EN=157,40kcal FH=5,40g ZS=4,00g SZH=24,30g CK=5,30g SÓ=0,90g TZS=1,10g
PÉNTEK 2026.12.18.	Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes tojáskrém (3)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Mandarin;	Darált párolt csirkemáj; Reszelt sajt (2)*; Gyökérfőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Joghurt Gyümölcs 'Danone könnyű és finom gyümölcs' (1, 2, 6)*; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=253,20kcal FH=12,40g ZS=9,30g SZH=28,30g CK=9,50g SÓ=0,90g TZS=4,30g	EN=36,00kcal FH=0,60g ZS=0,00g SZH=7,80g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=346,70kcal FH=21,20g ZS=11,40g SZH=39,50g CK=5,30g SÓ=0,50g TZS=3,50g	EN=254,00kcal FH=7,70g ZS=7,50g SZH=37,90g CK=18,60g SÓ=0,50g TZS=3,70g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULI – HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Bölcsöde 'Tipegő'

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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 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"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.12.21.	Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Banán;	Főtt tojás 0,5 (3)*; Reszelt sajt (2)*; Lencsefőzelékpüré (1, 2, 11)*;	Gyümölcstea; Brokkolis cs.húskrém; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=244,60kcal FH=11,20g ZS=8,90g SZH=29,70g CK=9,40g SÓ=1,20g TZS=5,40g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=335,50kcal FH=20,60g ZS=10,30g SZH=36,90g CK=3,20g SÓ=0,40g TZS=3,20g	EN=164,90kcal FH=7,90g ZS=1,40g SZH=29,50g CK=5,80g SÓ=0,60g TZS=0,00g
KEDD 2026.12.22.	Kakaó (2, 4)*; Zala felvágott; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;	Reszelt körte;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Darált párolt sertéshús; Kelkáposzta főzelék (1)*;	Csipkebogyótea; Sárgabaracklekvár; Teavaj (2)*; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=275,20kcal FH=12,00g ZS=10,40g SZH=33,00g CK=14,40g SÓ=1,10g TZS=5,10g	EN=41,60kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=9,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=338,50kcal FH=16,80g ZS=11,30g SZH=39,90g CK=3,20g SÓ=0,10g TZS=0,70g	EN=253,50kcal FH=3,10g ZS=11,10g SZH=34,30g CK=14,80g SÓ=0,30g TZS=7,10g
SZERDA 2026.12.23.	Tej (2,8%) (2)*; Olaszos szendvicskrém (2)*; Teljeskiőrlésű zsemle (1)*; Jégcsap retek;	Alma;	Darált párolt pulykamell; Reszelt sajt (2)*; Tejszínes meggymártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Kukoricás kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=203,40kcal FH=9,50g ZS=8,00g SZH=21,90g CK=9,60g SÓ=0,60g TZS=5,00g	EN=24,80kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=5,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=350,50kcal FH=22,10g ZS=8,40g SZH=44,10g CK=21,00g SÓ=0,30g TZS=3,20g	EN=218,20kcal FH=8,40g ZS=7,80g SZH=27,90g CK=6,10g SÓ=0,90g TZS=4,40g
CSÜTÖRTÖK 2026.12.24.				
PÉNTEK 2026.12.25.				

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULI – HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Bölcsöde 'Tipegő'

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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 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"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.12.28.	Tej (2,8%) (2)*; Sárgabaracklekvár; Teavaj (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Banán;	Darált párolt pulykamell; Alma-zellerfőzelék (1, 2, 5)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Csipkebogyótea; Csirkemájaskrém; Rozsláng kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=298,50kcal FH=9,50g ZS=14,20g SZH=33,20g CK=15,40g SÓ=0,80g TZS=9,30g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=342,40kcal FH=19,70g ZS=9,10g SZH=42,60g CK=14,40g SÓ=0,10g TZS=1,70g	EN=167,80kcal FH=4,80g ZS=3,60g SZH=28,00g CK=5,20g SÓ=0,80g TZS=0,80g
KEDD 2026.12.29.	Tej (2,8%) (2)*; Csirkesonka Hyza; Liga margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Alma;	Rostos ivólé 100%-os alma; Darált párolt sertéshús; Reszelt sajt (2)*; Vegyesfőzelék (1, 2)*; Narancs;	Csipkebogyótea; Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kukoricás kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=233,10kcal FH=11,30g ZS=8,40g SZH=27,80g CK=9,40g SÓ=1,10g TZS=4,30g	EN=24,80kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=5,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=376,30kcal FH=22,10g ZS=13,50g SZH=38,30g CK=11,90g SÓ=0,50g TZS=3,50g	EN=182,20kcal FH=4,70g ZS=5,00g SZH=28,40g CK=5,10g SÓ=0,80g TZS=0,80g
SZERDA 2026.12.30.	Tej (2,8%) (2)*; Kapros túró (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Reszelt körte;	Darált párolt csirkemell; Reszelt sajt (2)*; Magyaros burgonyafőzelék (1, 2)*; Alma;	Joghurt Gyümölcs 'Danone könnyű és finom gyümölcs' (1, 2, 6)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=230,30kcal FH=12,10g ZS=7,40g SZH=28,30g CK=9,40g SÓ=0,80g TZS=3,60g	EN=41,60kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=9,60g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=369,50kcal FH=20,90g ZS=10,00g SZH=44,90g CK=0,20g SÓ=0,30g TZS=2,70g	EN=228,80kcal FH=8,30g ZS=5,00g SZH=37,40g CK=15,30g SÓ=0,80g TZS=2,30g
CSÜTÖRTÖK 2026.12.31.	Karamellástej (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Mandarin;	Darált párolt csirkemáj; Reszelt sajt (2)*; Alma-fehérrépafőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Gyümölcstea; Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Savanyú káposzta (6)*;
	EN=256,80kcal FH=9,60g ZS=8,00g SZH=36,40g CK=14,70g SÓ=0,90g TZS=4,00g	EN=36,00kcal FH=0,60g ZS=0,00g SZH=7,80g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=348,50kcal FH=20,60g ZS=8,80g SZH=45,50g CK=13,80g SÓ=0,40g TZS=3,20g	EN=195,50kcal FH=6,70g ZS=4,70g SZH=29,70g CK=5,60g SÓ=1,70g TZS=1,30g
PÉNTEK 2027.01.01.				

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULI – HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Bölcsöde 'Tipegő'

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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 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"

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő' Időszak: 2026.12.01.-tól 2026.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Alma	24,80kcal	0,32g	0,00g	5,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Alma							
Alma-cukkini főzelék	235,02kcal	5,08g	7,51g	35,70g	16,10g	0,17g	1,45g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. cukkini, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Alma-fehérrépafőzelék	182,08kcal	5,51g	2,32g	34,73g	13,80g	0,18g	0,93g
Összetétel: Fagy. alma, Fagy. gyökér, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Alma-zellerfőzelék	191,64kcal	4,59g	5,51g	29,79g	13,72g	0,13g	1,28g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Almamártás	150,34kcal	2,77g	0,84g	31,64g	18,92g	0,07g	0,34g
Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Banán	84,00kcal	1,04g	0,00g	19,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Banán							
Brokkolifőzelék	183,49kcal	8,16g	6,68g	20,64g	4,17g	0,24g	1,40g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Brokkolis cs.húskrém	27,55kcal	3,84g	0,91g	0,77g	0,33g	0,03g	0,00g
Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Brokkolis zöldégpástétom	49,35kcal	0,57g	4,28g	2,04g	0,00g	0,42g	0,48g
Összetétel: Brokkolis zöldségpástétom 105g							
Burgonya püré 1/2	73,02kcal	2,08g	1,02g	12,65g	0,69g	0,02g	0,26g
Összetétel: Burgonya, Liga margarin kocka, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'							
Csibehúskrém házi	33,02kcal	4,94g	1,40g	0,10g	0,00g	0,03g	0,00g
Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin kocka, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'							
Csipkebogyótea	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,55g	5,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor							
Csirkemájaskrém	39,60kcal	1,70g	3,29g	0,74g	0,00g	0,20g	0,83g
Összetétel: Csirke májaskrém 30g							
Csirkesonka Hyza	13,50kcal	1,80g	0,44g	0,65g	0,00g	0,23g	0,12g
Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza							
Darált párolt csirkemáj	72,29kcal	10,00g	2,92g	1,50g	0,00g	0,05g	0,10g
Összetétel: Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'							
Darált párolt csirkemell	66,98kcal	11,12g	2,29g	0,23g	0,00g	0,05g	0,20g
Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'							
Darált párolt pulykamell	77,79kcal	12,95g	2,62g	0,20g	0,00g	0,05g	0,10g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott'							
Darált párolt sertéshús	99,27kcal	10,53g	5,89g	0,48g	0,13g	0,05g	0,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő' Időszak: 2026.12.01.-tól 2026.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Fejeskáposztafőzelék	168,82kcal	5,50g	4,17g	26,71g	4,30g	0,17g	1,11g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Félbarna kenyér	106,80kcal	3,56g	0,40g	22,24g	0,52g	0,56g	0,04g
Összetétel: Félbarna kenyér							
Finom fonott kalács	132,00kcal	3,04g	2,92g	22,72g	3,80g	0,28g	1,44g
Összetétel: Fonott kalács							
Finomfőzelék	223,81kcal	8,15g	4,63g	35,39g	11,58g	0,25g	1,19g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Főtt tojás 0,5	36,68kcal	2,48g	2,21g	0,16g	0,09g	0,08g	0,68g
Összetétel: Tojás főzött, tisztított							
Főtt tojás 1/2	36,68kcal	2,48g	2,21g	0,16g	0,09g	0,08g	0,68g
Összetétel: Tojás főzött, tisztított							
Gyökérfőzelék	180,32kcal	6,11g	4,89g	28,75g	5,30g	0,34g	1,22g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Gyümölcsös krémjoghurt	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g							
Gyümölcstea	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,55g	5,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor							
Házi körözött	32,90kcal	2,48g	1,97g	1,01g	0,00g	0,00g	0,01g
Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Tejföl '12%'							
Ínyenc zöldségfőzelék	213,83kcal	7,53g	7,33g	28,53g	5,30g	0,10g	1,35g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínyenc zöldség keverék, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Jégcsap retek							
Joghurt Gyümölcs 'Danone könnyű és finom gyümölcs'	104,00kcal	4,70g	2,60g	15,20g	14,80g	0,13g	1,70g
Összetétel: Danone K+F gyümölcs joghurt 125g							
Kakaó	135,02kcal	6,16g	5,77g	14,29g	14,20g	0,20g	3,50g
Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'							
Kapros túró	24,53kcal	2,27g	1,35g	0,66g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Kapor, Tejföl '12%'							
Karamellástej	132,00kcal	6,00g	5,60g	14,20g	14,20g	0,20g	3,40g
Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'							
Karfiolfőzelék	162,12kcal	6,11g	4,33g	23,59g	6,00g	0,23g	1,14g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Karfiolos zöldégpástétom	48,93kcal	0,50g	4,28g	2,04g	0,00g	0,42g	0,48g
Összetétel: Karfiolos zöldségpástétom 105g							

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.12.01.-tól 2026.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Összetétel: Kefír							
Kelkáposzta főzelék	225,21kcal	6,20g	5,33g	36,16g	0,00g	0,12g	0,50g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Só 'jódozott'							
Kígyóuborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Kigyó uborka							
Kockasajt	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Összetétel: Kockasajt natúr							
Kukoricás kenyér	101,20kcal	2,92g	0,32g	21,00g	0,08g	0,56g	0,16g
Összetétel: Kukoricás kenyér							
Lencsefőzelékpüré	251,73kcal	14,24g	4,74g	36,60g	3,13g	0,15g	0,31g
Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Liga margarin	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Összetétel: Liga margarin							
Magyaros burgonyafőzelék	230,56kcal	5,57g	4,35g	39,01g	0,17g	0,13g	0,30g
Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Magyaros vajkrém	24,30kcal	0,40g	2,30g	0,50g	0,00g	0,04g	1,46g
Összetétel: Magyaros vajkrém							
Mandarin	36,00kcal	0,56g	0,00g	7,84g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Mandarin							
Narancs	32,80kcal	0,48g	0,00g	6,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Narancs							
Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Összetétel: Natúr joghurt							
Natúr vajkrém	24,10kcal	0,43g	2,20g	0,65g	0,03g	0,04g	0,00g
Összetétel: Natúr vajkrém							
Olaszos szendvicskrém	24,00kcal	1,05g	2,10g	0,24g	0,15g	0,11g	1,35g
Összetétel: Olaszos szendvicskrém							
Pápai sonka	24,00kcal	3,45g	1,05g	0,00g	0,00g	0,44g	0,00g
Összetétel: Pápai sonka							
Paradicsomos harcsapástétom	50,40kcal	1,34g	4,58g	0,95g	0,03g	0,20g	0,62g
Összetétel: Paradicsomos halpástétom							
Párizsikrém	38,95kcal	1,50g	3,55g	0,30g	0,09g	0,30g	0,90g
Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd, Liga margarin kocka							
Petrezselymes tojáskrém	45,60kcal	2,48g	3,21g	0,16g	0,09g	0,08g	0,68g
Összetétel: Liga margarin kocka, Petrezselyem zöld, Tojás főzött, tisztított							

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.12.01.-tól 2026.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Petrezselymes túró	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Tejföl '12%'							
Pritaminos csibemájkrém házi	35,36kcal	4,04g	1,81g	0,76g	0,10g	0,05g	0,00g
Összetétel: Csirkemáj, Fagy. pritamin paprika, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'							
Reszelt körte	41,60kcal	0,32g	0,00g	9,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Körte							
Reszelt sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Összetétel: Trappista sajt							
Rostos ivólé 100%-os alma	14,00kcal	0,12g	0,12g	3,16g	3,08g	0,00g	0,00g
Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény							
Rostos ivólé 100%-os narancs	14,00kcal	0,12g	0,12g	3,16g	3,08g	0,00g	0,00g
Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény							
Rozsláng kenyér	100,00kcal	2,72g	0,32g	21,20g	0,20g	0,60g	0,04g
Összetétel: Rozskenyér							
Sajtkrém	37,00kcal	1,30g	2,84g	1,60g	0,00g	0,35g	1,84g
Összetétel: Natúr sajtkrém							
Sárgabaracklekvár	24,60kcal	0,04g	0,01g	6,02g	6,00g	0,01g	0,00g
Összetétel: Sárgabarack lekvár							
Sárgaborsófőzelékpüré	217,47kcal	11,78g	3,60g	33,28g	0,17g	0,12g	0,30g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Savanyú káposzta	9,38kcal	0,47g	0,09g	1,68g	0,00g	0,88g	0,03g
Összetétel: Savanyú káposzta							
Sóskafőzelék tejszínes	183,13kcal	6,00g	4,90g	26,45g	7,30g	0,15g	1,43g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sóska, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Sütőtökfőzelék	198,48kcal	4,67g	4,47g	33,32g	14,30g	0,22g	1,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Tauris Toast sonka all.mentes	10,50kcal	1,55g	0,26g	0,51g	0,00g	0,38g	0,10g
Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet							
Tauris zöldséges felvágott	25,80kcal	1,43g	2,08g	0,32g	0,03g	0,33g	0,78g
Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott							
Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Összetétel: Teavaj							
Tej (2,8%)	84,00kcal	4,50g	4,20g	6,90g	6,90g	0,15g	2,55g
Összetétel: Tej '2,8%'							
Tej (2,8%)	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g
Összetétel: Tej '2,8%'							

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő' Időszak: 2026.12.01.-tól 2026.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Tejeskávé	107,04kcal	4,70g	4,24g	12,22g	10,91g	0,16g	2,56g
Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'							
Tejszínes meggymártás	152,58kcal	3,09g	1,36g	31,21g	20,26g	0,07g	0,61g
Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '2,8%'							
Tejszínes őszibarackmártás	148,60kcal	3,27g	1,74g	29,93g	16,92g	0,09g	0,73g
Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Teljes kiőrlésű kenyér	89,60kcal	3,48g	0,40g	18,04g	0,24g	0,56g	0,16g
Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér							
Teljeskiőrlésű zsemle	63,25kcal	2,15g	0,30g	12,13g	0,18g	0,30g	0,18g
Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g							
Tört burgonya 1/2	47,00kcal	1,25g	0,15g	9,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'							
Trappistasajt szelet	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,32g	3,00g
Összetétel: Trappista sajt							
Vaníliástej (2,8%)	147,56kcal	6,00g	5,60g	18,09g	18,09g	0,20g	3,40g
Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%', Vaníliás cukor							
Vegyesfőzelék	183,08kcal	7,09g	4,14g	27,69g	8,70g	0,26g	1,14g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Zala felvágott	28,95kcal	1,95g	2,25g	0,23g	0,03g	0,25g	0,81g
Összetétel: Zala felvágott							
Zöldbabfőzelék	174,00kcal	6,78g	4,75g	24,40g	5,71g	0,18g	1,08g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%'							
Zöldborsó főzelék	237,08kcal	11,15g	4,43g	36,11g	14,30g	0,18g	1,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Zöldfűszeres harcsapástétom	50,10kcal	1,31g	4,56g	0,89g	0,03g	0,20g	0,62g
Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom							
Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							