

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2025.03.03.	Csipkebogyótea; Harcsapástétom zöldfűszeres (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Kelkáposztafőzelék tejlisztmentes; Tört burgonya;	Gyümölcs tea (gyermek); Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=225,01kcal FH=5,89g ZS=9,47g SZH=26,15g CK=5,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=327,62kcal FH=19,09g ZS=7,79g SZH=44,75g CK=0,00g SÓ=0,21g TZS=0,70g	EN=215,48kcal FH=2,98g ZS=3,82g SZH=40,89g CK=18,33g SÓ=0,59g TZS=0,86g
<b>KEDD</b> 2025.03.04.	Gyümölcs tea (gyermek); Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Alma-fehérrépa főzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Csipkebogyótea; Csibemájskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=160,48kcal FH=6,81g ZS=2,46g SZH=26,62g CK=5,11g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=366,51kcal FH=18,15g ZS=8,67g SZH=52,02g CK=10,50g SÓ=0,32g TZS=0,65g	EN=200,41kcal FH=6,39g ZS=6,89g SZH=27,34g CK=5,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g
<b>SZERDA</b> 2025.03.05.	Csipkebogyótea; Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Gyümölcs tea (gyermek); Csibehúskrém ligával 'gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=176,71kcal FH=6,42g ZS=4,87g SZH=25,97g CK=5,08g SÓ=0,99g TZS=0,86g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=425,60kcal FH=22,48g ZS=12,13g SZH=52,60g CK=10,50g SÓ=0,20g TZS=0,85g	EN=186,96kcal FH=8,28g ZS=4,81g SZH=26,89g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.03.06.	Gyümölcs tea (gyermek); Párizsikrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;	Banán, víz;	Párolt csirkemell; Karfiolfőzelék 'tejmentes'; Tört burgonya; Alma, víz;	Toast sonkás felvágott (diéta); Csipkebogyótea; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=164,23kcal FH=4,80g ZS=3,90g SZH=26,73g CK=5,20g SÓ=0,90g TZS=1,36g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=319,92kcal FH=18,42g ZS=8,80g SZH=39,27g CK=4,14g SÓ=0,29g TZS=0,85g	EN=163,21kcal FH=4,52g ZS=4,09g SZH=26,37g CK=5,08g SÓ=0,94g TZS=0,96g
<b>PÉNTEK</b> 2025.03.07.	Csipkebogyótea; Karottás csirkéhúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Alma-cékla főzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% narancs; Tauris zöldes felvágott; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=148,31kcal FH=6,74g ZS=1,47g SZH=26,22g CK=5,20g SÓ=0,69g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=327,73kcal FH=17,38g ZS=6,92g SZH=46,02g CK=10,70g SÓ=0,22g TZS=0,50g	EN=251,70kcal FH=4,75g ZS=5,99g SZH=31,02g CK=0,11g SÓ=0,89g TZS=1,64g

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



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

**Étlap név:**  
**2200A1 Tejmentes 'Típegő'**

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=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Edesfűszer; 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
<b>HÉTFŐ</b> 2025.03.10.	EN=203,90kcal FH=8,30g ZS=6,77g SZH=26,41g CK=5,31g SO=0,99g TZS=0,96g Csipkebogyótea; Sertéssült 'diéta'; Bebó 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=281,68kcal FH=19,08g ZS=5,57g SZH=35,93g CK=4,30g SO=0,19g TZS=0,59g Párolt csirkemell; Zöldbabfőzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;	EN=192,81kcal FH=7,81g ZS=5,54g SZH=27,22g CK=5,26g SO=0,59g TZS=0,16g Gyümölcs tea (gyermek); Pritaminos petrezselymes sertéshúském ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
<b>KEDD</b> 2025.03.11.	EN=225,88kcal FH=5,95g ZS=9,50g SZH=28,29g CK=5,14g SO=0,99g TZS=1,93g Gyümölcs tea (gyermek); Harcapástétom paradicsomos (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyúborika;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=469,53kcal FH=20,12g ZS=15,34g SZH=45,35g CK=2,55g SO=0,37g TZS=1,16g Párolt csirkemell; Sárgarépa-főzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;	EN=183,13kcal FH=4,48g ZS=6,37g SZH=26,19g CK=5,17g SO=0,89g TZS=0,78g Gyümölcs tea (gyermek); Káposzta sertéshúském ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>SZERDA</b> 2025.03.12.	EN=169,21kcal FH=4,88g ZS=4,17g SZH=27,27g CK=5,08g SO=0,94g TZS=0,96g Csipkebogyótea; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; 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=356,89kcal FH=17,80g ZS=8,31g SZH=49,19g CK=11,70g SO=0,34g TZS=0,80g Párolt pulykamell; Almamártás 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=191,13kcal FH=7,18g ZS=6,14g SZH=25,98g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g Rostos ivólé 100% alma; Bebo mini- méz; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.03.13.	EN=170,38kcal FH=4,82g ZS=4,14g SZH=27,60g CK=5,08g SO=0,94g TZS=0,96g Csipkebogyótea; Párizsikrém 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=323,88kcal FH=16,99g ZS=9,30g SZH=53,30g CK=20,20g SO=0,11g TZS=0,10g Párolt csirkemell; Karalábefőzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=279,90kcal FH=2,98g ZS=3,82g SZH=46,28g CK=16,50g SO=0,56g TZS=0,86g Gyümölcs tea (gyermek); Szárnyashúspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>PÉNTEK</b> 2025.03.14.	EN=166,36kcal FH=4,86g ZS=3,98g SZH=27,09g CK=5,20g SO=0,90g TZS=1,36g Csipkebogyótea; Párizsikrém 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=351,73kcal FH=17,81g ZS=8,72g SZH=47,78g CK=11,72g SO=0,32g TZS=0,82g Párolt csirkemell; Karalábefőzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=175,92kcal FH=7,95g ZS=4,02g SZH=26,27g CK=5,21g SO=0,59g TZS=0,16g Gyümölcs tea (gyermek); Szárnyashúspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, KenyérÉrtéri 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:**  
**2200A1 Tejmentes 'Típegő'**

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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Édesítőszer; 16=Puhatestűk  
Ételleink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

**"Suli-Host Ékezetelési Rendszer 3.0"**

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2025.03.17.	EN=206,41kcal FH=6,72g ZS=6,98g SZH=28,24g CK=5,08g SO=0,95g TZS=1,81g Cspikebogyótea; Csbemajáskrém; 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=372,45kcal FH=14,73g ZS=12,15g SZH=47,48g CK=17,50g SO=0,32g TZS=0,90g Párolt sertés húsv 'darált'; Sütőfőzőzelek 'tejmentes'; Főtt burgonya; Alma;	EN=163,48kcal FH=4,52g ZS=4,08g SZH=26,40g CK=5,08g SO=0,94g TZS=0,96g Gyümölcs tea (gyermek); Zöldséges csirkemájkrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>KEDD</b> 2025.03.18.	EN=225,00kcal FH=6,74g ZS=2,40g SZH=30,34g CK=5,10g SO=1,04g TZS=0,46g Cspikebogyótea; 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=312,12kcal FH=19,80g ZS=5,67g SZH=42,78g CK=7,38g SO=0,39g TZS=0,85g Párolt sertés húsv 'darált'; Zöldborsófőzőzelek 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=174,79kcal FH=7,92g ZS=4,02g SZH=25,99g CK=5,08g SO=0,99g TZS=0,16g Toast sonkás felvágott (diéta); Gyümölcs tea (gyermek); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>SZERDA</b> 2025.03.19.	EN=185,86kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SO=0,99g TZS=0,16g Cspikebogyótea; Sonkakerám ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyouborka;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=425,60kcal FH=22,48g ZS=12,13g SZH=62,60g CK=10,50g SO=0,20g TZS=0,85g Párolt csirkemell; Zöldbabfőzőzelek 'tejmentes'; Tört burgonya;	EN=163,48kcal FH=4,52g ZS=4,08g SZH=26,40g CK=5,08g SO=0,94g TZS=0,96g Gyümölcs tea (gyermek); Csbemajáskrém; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.03.20.	EN=157,81kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,40g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,46g Gyümölcs tea (gyermek); Bebo margarin 10g; Tauris zöldséges felvágott; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Sütőfőzőzelek 100g ;	EN=281,68kcal FH=19,08g ZS=5,57g SZH=55,93g CK=4,30g SO=0,19g TZS=0,53g Párolt csirkemell; Vadasmártás 'tejmentes' (5)*; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=200,68kcal FH=6,37g ZS=6,89g SZH=27,38g CK=5,08g SO=0,99g TZS=1,81g Rostos ivólé 100% narancs; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
<b>PÉNTEK</b> 2025.03.21.	EN=178,78kcal FH=4,41g ZS=5,90g SZH=26,22g CK=5,11g SO=0,99g TZS=1,64g Gyümölcs tea (gyermek); Bebo margarin 10g; Tauris zöldséges felvágott; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	EN=55,00kcal FH=1,30g ZS=0,10g SZH=10,70g CK=7,90g SO=0,01g TZS=0,00g Sütőfőzőzelek 100g ;	EN=285,32kcal FH=17,80g ZS=3,36g SZH=43,71g CK=9,10g SO=0,32g TZS=0,27g Párolt csirkemell; Vadasmártás 'tejmentes' (5)*; Burgonya püré 'tejmentes';	EN=225,90kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=30,70g CK=0,08g SO=0,56g TZS=0,86g Rostos ivólé 100% narancs; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;

## Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

### Jó élvágyat kívánunk



**SULI - HOST VENDÉGLÁTO ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, KenyerÉrtéki 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:**  
2200A1 Tejmentes '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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek  
Ételünk az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkkal.

"Suli-Host Ékezetelési Rendszer 3.0"

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2025.03.24.	Gyümölcs tea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Almapüré 100g;	Párolt csirkemell; Salátafőzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Csipkebogyó tea; Harcsapástétom zöldséves (9)*; Zöldpaprika; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>KEDD</b> 2025.03.25.	Csipkebogyó tea; Priaminos petrezsejmes sertésújskrem ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Körte, víz;	Párolt pulykamell; Kelkáposztafőzelék tejliszimentes;	Gyümölcs tea (gyermek); Csibemajaskrem; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóúborka;
<b>SZERDA</b> 2025.03.26.	Csipkebogyó tea; Pulykahúskrem ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Párolt sertés húsz 'darált'; Zöldbabfőzelék 'tejmentes'; Tört burgonya; Rostos ivólé 100% narancs;	Gyümölcs tea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.03.27.	Gyümölcs tea (gyermek); Szárnyashuspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóúborka;	Alma, víz;	Párolt csirkemáj 'darált'; Cékla főzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% alma; Pulykasült 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>PÉNTEK</b> 2025.03.28.	Csipkebogyó tea; Csirketoj baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mandarin, víz;	Párolt sertés húsz 'darált'; Sárgarépa főzelék 'tejmentes'; Főtt burgonya;	Gyümölcs tea (gyermek); Sertés húskrem ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;



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

**Étlap név:**  
**2200A1 Tejmentes 'Tipegő'**

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

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=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákteték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 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 2025.03.31.	KEDD 2025.04.01.	SZERDA 2025.04.02.	CSÜTÖRTÖK 2025.04.03.	PÉNTEK 2025.04.04.
<p><b>Reggeli</b></p> <p>Csipkebogyótea; Petrezselymes sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>Tízórai</b></p> <p>Alma-körtepüré 100g ;</p> <p>Alma, víz;</p>	<p><b>Ebéd A</b></p> <p>Párolt csirkemell; Finomfőzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;</p>	<p><b>Uzsonna</b></p> <p>Rostos ivólé 100% narancs; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyóuborka;</p>	<p>EN=157,8kcal FH=6,46g ZS=2,77g SZH=25,90g CK=5,12g SO=1,05g TZS=0,58g</p> <p>Gyümölcs tea (gyermek); Karottás pulykakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>
<p>EN=53,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=11,50g SO=0,00g TZS=0,00g</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=308,68kcal FH=17,39g ZS=8,71g SZH=37,62g CK=6,89g SO=0,23g TZS=0,72g</p>	<p>EN=182,7kcal FH=6,78g ZS=4,96g SZH=26,77g CK=5,08g SO=0,99g TZS=0,86g</p>	<p>EN=157,81kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,40g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,48g</p>
<p>EN=249,34kcal FH=18,31g ZS=5,12g SZH=29,74g CK=9,28g SO=0,29g TZS=0,49g</p>	<p>EN=304,66kcal FH=21,29g ZS=8,91g SZH=31,20g CK=2,55g SO=0,37g TZS=0,86g</p>	<p>EN=267,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=31,27g CK=0,08g SO=0,95g TZS=1,81g</p>	<p>EN=209,90kcal FH=6,66g ZS=6,86g SZH=27,31g CK=5,31g SO=0,59g TZS=0,96g</p>	<p>EN=221,68kcal FH=5,59g ZS=9,44g SZH=27,66g CK=5,14g SO=0,95g TZS=1,39g</p>
<p>EN=317,71kcal FH=16,55g ZS=7,10g SZH=44,83g CK=11,42g SO=0,30g TZS=0,63g</p>	<p>EN=306,90kcal FH=19,20g ZS=5,59g SZH=42,83g CK=7,38g SO=0,33g TZS=0,45g</p>	<p>EN=209,90kcal FH=6,66g ZS=6,86g SZH=27,31g CK=5,31g SO=0,59g TZS=0,96g</p>	<p>EN=209,90kcal FH=6,66g ZS=6,86g SZH=27,31g CK=5,31g SO=0,59g TZS=0,96g</p>	<p>EN=221,68kcal FH=5,59g ZS=9,44g SZH=27,66g CK=5,14g SO=0,95g TZS=1,39g</p>
<p>Párolt csirkemell; Mexikói főzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;</p>	<p>Párolt csirkemell; Brokkolifőzelék 'tejmentes'; Főtt burgonya;</p>	<p>Párolt csirkemell; Mexikói főzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;</p>	<p>Párolt csirkemell; Mexikói főzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;</p>	<p>Párolt csirkemell; Mexikói főzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;</p>

**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](mailto:mail@suli-host.hu)

**Étlap név:**  
**2200A1 Tejmentes 'Típegő'**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glütén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek  
Ételeink az összetevőik között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak 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: 2200A1 Tejmentes 'Tipegő'

Időszak: 2025.03.03.-tól 2025.03.31.-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
Alma-körte-püré 100g Összetétel: Alma-körte püré	53,00kcal	0,30g	0,10g	12,10g	11,50g	0,00g	0,00g
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
Brokkoli-főzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fokhagyma, Kóménymag, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	185,08kcal	7,69g	6,42g	21,75g	2,55g	0,30g	0,66g
Burgonya püré 'tejmentes' Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott, főzővíz'	73,50kcal	1,93g	0,28g	14,40g	0,00g	0,01g	0,00g
Cékla-főzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. cékla, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,52kcal	3,30g	5,97g	34,02g	8,20g	0,10g	0,60g
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
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
Finomfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	129,76kcal	4,71g	2,63g	20,29g	9,28g	0,23g	0,29g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 2200A1 Tejmentes 'Típegő'

Időszak: 2025.03.03.-tól 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,25g	0,15g	9,20g	0,00g	0,01g	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
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
Karalábefőzelék '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
Karfiolfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	178,64kcal	4,54g	6,31g	24,92g	4,14g	0,23g	0,65g
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
Mandarin, víz Összetétel: Mandarin	31,50kcal	0,49g	0,00g	6,86g	0,00g	0,00g	0,00g
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
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

## Étlap melléklet

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

Étlap: 2200A1 Tejmentes 'Tipegő'

Időszak: 2025.03.03.-tól 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Párolt csirkemáj 'darált' Összetétel: Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	72,29kcal	10,00g	2,92g	1,50g	0,00g	0,06g	0,10g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	72,58kcal	12,35g	2,34g	0,25g	0,00g	0,06g	0,20g
Párolt pulykamell Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott'	77,79kcal	12,95g	2,62g	0,20g	0,00g	0,06g	0,10g
Párolt sertéshús 'darált' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott'	122,95kcal	10,50g	8,65g	0,20g	0,00g	0,06g	0,50g
Petrezselymes sonkakrém ligával Összetétel: Liga margarin, Pápai sonka, Petrezselyem zöld	36,63kcal	3,49g	2,45g	0,04g	0,04g	0,49g	0,42g
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
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
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
Sütőtökfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Fahéj, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	180,80kcal	2,70g	3,35g	33,16g	17,50g	0,25g	0,40g
Sütőtökös almamártás 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Fagy. sütőtök, Fahéj, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	181,39kcal	2,45g	0,56g	40,20g	19,60g	0,07g	0,03g
Sütőtökpüré 100g Összetétel: Sütőtök püré	55,00kcal	1,30g	0,10g	10,70g	7,90g	0,01g	0,00g



# Étlap melléklet

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

Étlap: 2200A1 Tejmentes 'Tipegő'

Időszak: 2025.03.03.-tól 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	25,80kcal	1,43g	2,08g	0,32g	0,03g	0,33g	0,78g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	10,50kcal	1,55g	0,26g	0,51g	0,00g	0,38g	0,10g
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
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges csirkehúskrém ligával Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	53,31kcal	4,94g	3,70g	0,10g	0,00g	0,03g	0,00g