

|                          | Reggeli                                                                                            | Tízórai                                                               | Ebéd A                                                                          | Uzsonna                                                                           |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| HÉTFŐ<br>2026.09.28.     | Tej (2,8%) (2)*; Sárgabaracklekvár; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;                    | Alma, víz;                                                            | Sajtgomba (1, 2, 3)*; Lencsefőzelékpüré (1, 2, 11)*; Köte, víz;                 | Gyümölcstea; Csirkeő baromfi rúd; Liga margarin; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;        |
| KEDD<br>2026.09.29.      | Tej (2,8%) (2)*; Karottás túró (2)*; Kukoricás kenyér (1)*; Jégcsap retek;                         | Köte, víz;                                                            | Rostos ivólé 100%-os alma; Rakott burgonya (1, 2, 3)*; Házi cékasaletia;        | Keír (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*; Kigyóborka;         |
|                          | EN=243,80kcal FH=11,50g ZS=7,30g SZH=31,70g CK=9,50g SO=0,80g Tzs=3,60g                            | EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g Tzs=0,00g  | EN=415,80kcal FH=19,60g ZS=14,90g SZH=45,40g CK=9,00g SO=0,60g Tzs=3,20g        | EN=173,40kcal FH=7,30g ZS=7,50g SZH=18,10g CK=5,30g SO=0,50g Tzs=3,60g            |
| SZERDA<br>2026.09.30.    | Kakao (2, 4)*; Teavaj (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;                                               | Narancs, víz;                                                         | Napraforgómagos pulykavagdalt (1, 3, 6, 8, 12, 13)*; Romanobab főzelek (1, 2)*; | Csipebogyótea; Kockasajt (2)*; Teljeskiőrlésű zsemle (1)*; Paradicsom;            |
| CSÜTÖRTÖK<br>2026.10.01. | Tej (2,8%) (2)*; Sertéshúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóborka;                             | Alma, víz;                                                            | Gulyásleves csirkehússal (1)*; Rizsteftély (1, 2, 3, 4, 5, 11, 13)*;            | Gyümölcstea; Natúr szendvicskrém (2)*; Tejes fonnotta (1, 2)*;                    |
|                          | EN=297,40kcal FH=8,40g ZS=15,80g SZH=30,00g CK=17,30g SO=0,40g Tzs=10,10g                          | EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SO=0,00g Tzs=0,00g  | EN=389,50kcal FH=17,30g ZS=19,10g SZH=38,70g CK=6,40g SO=0,40g Tzs=2,00g        | EN=141,20kcal FH=4,20g ZS=3,90g SZH=21,00g CK=5,20g SO=0,80g Tzs=2,40g            |
| PÉNTEK<br>2026.10.02.    | Karamelláslejt (2)*; Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*; | Banán, víz;                                                           | Sertéspörkölt; Karfiolfőzelek (1, 2)*; Tört burgonya 1/2; Alma;                 | Csipebogyótea; Paradicsomos harcsapástém (9)*; Rozsláng kenyér (1)*; Zöldpaprika; |
|                          | EN=264,60kcal FH=14,20g ZS=8,40g SZH=32,50g CK=10,00g SO=0,80g Tzs=3,40g                           | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g Tzs=0,00g  | EN=438,40kcal FH=19,10g ZS=14,50g SZH=69,90g CK=15,00g SO=0,60g Tzs=5,10g       | EN=122,40kcal FH=3,10g ZS=2,80g SZH=20,20g CK=6,20g SO=0,30g Tzs=1,80g            |
|                          | EN=274,60kcal FH=13,40g ZS=12,50g SZH=26,20g CK=14,40g SO=0,80g Tzs=6,80g                          | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g Tzs=0,00g | EN=334,60kcal FH=16,20g ZS=11,50g SZH=38,90g CK=6,30g SO=0,40g Tzs=1,50g        | EN=181,00kcal FH=4,50g ZS=5,00g SZH=28,60g CK=5,20g SO=0,80g Tzs=0,60g            |

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTO ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

6724 Szeged, Kenyér-Égyári 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:**

**Bölcsőde '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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csílagfű; 15=Édesfűszeg; 16=Pinafesték

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><br>2026.10.05.     | Tej (2,8%) (2)*; Csirkemájaskrém;<br>Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;<br>Kígyóborkai;    | Banán, víz;                                                              | Pulykahúsgombóc (3)*; Paradicsom<br>mártás (1, 5)*; Főtt burgonya 1/2;                         | Csipebogyótea; Sajtkrém (2, 5)*;<br>Darált tökmag szórát (6, 8, 12, 13)*;<br>Félbarna kenyér (1)*;       |
|                                 | EN=244,80kcal FH=11,50g ZS=9,30g SZH=28,40g CK=9,40g<br>SÓ=1,00g TZS=4,40g           | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=336,90kcal FH=12,90g ZS=12,80g SZH=43,00g CK=10,90g<br>SÓ=0,30g TZS=1,10g                   | EN=199,60kcal FH=6,70g ZS=5,70g SZH=29,60g CK=5,50g<br>SÓ=1,00g TZS=1,80g                                |
| <b>KEDD</b><br>2026.10.06.      | Vaníliastej (2,8%) (1, 2)*; Liga<br>margarin; Finom fonott kalács (1, 2,<br>3)*;     | Körte, víz;                                                              | Rostos ivólé 100%-os narancs; Rakott<br>sárgarépa sajtészoráttal (1, 2, 6)*;                   | Gyümölcs tea; Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga<br>margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;<br>Paradicsom;         |
|                                 | EN=297,20kcal FH=9,00g ZS=10,50g SZH=40,80g CK=21,90g<br>SÓ=0,50g TZS=4,80g          | EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=390,30kcal FH=16,30g ZS=10,00g SZH=44,90g CK=10,10g<br>SÓ=0,50g TZS=1,80g                   | EN=176,40kcal FH=6,40g ZS=4,70g SZH=25,00g CK=5,30g<br>SÓ=0,70g TZS=0,90g                                |
| <b>SZERDA</b><br>2026.10.07.    | Tej (2,8%) (2)*; Házi körözött (2)*;<br>Rozsláng kenyér (1)*; Jégcsap retek;         | Narancs, víz;                                                            | Rántott halfilé (lepis) (1, 3, 9)*;<br>Parajfőzelék (1, 2)*; Tölt burgonya 1/2;<br>Körte, víz; | Gyümölcsös krémmagur (1, 2)*; Liga<br>margarin; Molnáka (1, 2, 3)*;                                      |
|                                 | EN=249,10kcal FH=11,50g ZS=7,90g SZH=31,80g CK=9,40g<br>SÓ=0,80g TZS=3,40g           | EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=382,30kcal FH=14,30g ZS=14,90g SZH=45,70g CK=6,40g<br>SÓ=0,80g TZS=2,30g                    | EN=230,00kcal FH=6,10g ZS=9,00g SZH=32,50g CK=18,70g<br>SÓ=0,40g TZS=3,80g                               |
| <b>CSÜTÖRTÖK</b><br>2026.10.08. | Tejeskávé (1, 2)*; Tea (2)*;<br>Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;                   | Körte, víz;                                                              | Tavaszi zöldség leves májgaluskával (1,<br>3)*; Meggyes stirai metelt (1, 2, 3)*;              | Csipebogyótea; Tauris zöldséges<br>felvágott; Liga margarin;<br>Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;             |
|                                 | EN=292,10kcal FH=8,70g ZS=12,90g SZH=35,30g CK=11,40g<br>SÓ=0,80g TZS=6,30g          | EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=434,80kcal FH=23,30g ZS=12,40g SZH=55,20g CK=11,10g<br>SÓ=0,40g TZS=1,20g                   | EN=131,20kcal FH=3,70g ZS=4,40g SZH=18,00g CK=5,20g<br>SÓ=0,60g TZS=1,00g                                |
| <b>PÉNTEK</b><br>2026.10.09.    | Tej (2,8%) (2)*; Brokkolis<br>zöldségpástétom; Teljes kiőrlésű<br>egyeses kivi (1)*; | Alma, víz;                                                               | Natur csirkemell (szelet) (1)*;<br>Tejszínes ószi barackmártás (1, 2)*;<br>Pirított dara (1)*; | Natur joghurt (2)*; Trappistás sajt szelet<br>(2)*; Liga margarin; Kukoricás kenyér<br>(1)*; Paradicsom; |
|                                 | EN=223,60kcal FH=8,80g ZS=10,20g SZH=23,10g CK=9,40g<br>SÓ=0,90g TZS=4,10g           | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=401,60kcal FH=19,40g ZS=9,00g SZH=59,50g CK=16,90g<br>SÓ=0,20g TZS=1,40g                    | EN=281,50kcal FH=13,50g ZS=12,40g SZH=28,30g CK=6,10g<br>SÓ=1,10g TZS=6,80g                              |

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

6724 Szeged, Keresztényi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

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

**Bölcsöde 'Kised'**

**Étlap név:**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Teljes zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkál.

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

|                                 | Reggeli                                                                               | Tízórai                                                                  | Ebéd A                                                                       | Uzsonna                                                                                     |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HÉTFŐ</b><br>2026.10.12.     | Tej (2,8%) (2)*; Magyaros vajkém (2)*;<br>Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;          | Banán, víz;                                                              | Tökmagos pulykavagdalt (1, 3, 6, 8, 12,<br>13)*; Kelkáposzta főzelék (1)*;   | Csipebogyótea; Pápai sonka; Liga<br>margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;<br>Kígyóborka;   |
| <b>KEDD</b><br>2026.10.13.      | EN-249, 10kcal FH=10,40g ZS=8,40g SZH=32,80g CK=9,70g<br>SÓ=0,80g TZS=4,30g           | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=397,30kcal FH=17,00g ZS=16,40g SZH=42,10g CK=0,40g<br>SÓ=0,30g TZS=1,20g  | EN=159,40kcal FH=7,30g ZS=3,40g SZH=24,10g CK=5,20g<br>SÓ=1,00g TZS=0,20g                   |
|                                 | Kakaó (2, 4)*; Méz; Liga margarin;<br>Molnárka (1, 2, 3)*;                            | Alma, víz;                                                               | Rostos ivólé 100% őszibarack; Rakott<br>tök sajszórattal dúsítva (1, 2)*;    | Natúr joghurt (2)*; Liga margarin;<br>Tejles kiőrlésű egyenes kifli (1)*;<br>Jégcsap retek; |
| <b>SZERDA</b><br>2026.10.14.    | EN=261,00kcal FH=8,20g ZS=9,80g SZH=35,10g CK=22,40g<br>SÓ=0,40g TZS=4,50g            | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=332,50kcal FH=16,10g ZS=11,30g SZH=42,50g CK=9,30g<br>SÓ=0,30g TZS=2,00g  | EN=177,00kcal FH=7,60g ZS=7,70g SZH=18,30g CK=6,20g<br>SÓ=0,50g TZS=3,80g                   |
|                                 | Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes túró<br>(2)*; Félbarna kenyér (1)*;<br>Zöldpaprika;    | Körte, víz;                                                              | Pitamos sajtgombó (1, 2, 3)*;<br>Sárgaborsófőzelékpüré (1)*;                 | Gyümölcstea; Kockasajt (2)*;<br>Rozsiáng kenyér (1)*; Paradicsom;                           |
| <b>CSÜTÖRTÖK</b><br>2026.10.15. | EN=249,40kcal FH=12,30g ZS=7,50g SZH=33,00g CK=9,70g<br>SÓ=0,80g TZS=3,40g            | EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=369,00kcal FH=22,50g ZS=12,50g SZH=39,50g CK=0,40g<br>SÓ=0,70g TZS=5,80g  | EN=178,00kcal FH=4,70g ZS=3,90g SZH=30,10g CK=5,20g<br>SÓ=1,20g TZS=2,20g                   |
|                                 | Tej (2,8%) (2)*; Csibehúském házi;<br>Kifli (1, 2)*;                                  | Banán, víz;                                                              | Szármagraguleves (1)*; Teiberizs<br>tahéjas almával (1, 2, 13)*;             | Kefír (2)*; Liga margarin;<br>Teljeskiőrlésű zsemle (1)*;<br>Kígyóborka;                    |
| <b>PÉNTEK</b><br>2026.10.16.    | EN=208,40kcal FH=12,70g ZS=7,60g SZH=21,70g CK=10,00g<br>SÓ=0,40g TZS=3,70g           | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=369,30kcal FH=19,70g ZS=10,20g SZH=59,20g CK=20,50g<br>SÓ=0,50g TZS=3,60g | EN=174,40kcal FH=7,30g ZS=7,50g SZH=18,30g CK=5,90g<br>SÓ=0,50g TZS=3,60g                   |
|                                 | Tejeskávé (1, 2)*; Sárgabaracklevár;<br>Liga margarin; Teljeskiőrlésű zsemle<br>(1)*; | Narancs, víz;                                                            | Pulykasült; Ígyenc zöldfézfőzelék (1,<br>2, 5)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;     | Csipebogyótea; Zöldfűszeres<br>harcsapástétom (9)*; Félbarna kenyér<br>(1)*; Paradicsom;    |
|                                 | EN=212,40kcal FH=6,90g ZS=6,50g SZH=30,30g CK=17,10g<br>SÓ=0,50g TZS=2,80g            | EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=398,30kcal FH=25,30g ZS=13,10g SZH=42,00g CK=6,30g<br>SÓ=0,10g TZS=2,00g  | EN=188,40kcal FH=5,30g ZS=5,10g SZH=29,90g CK=5,50g<br>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](mailto:mail@suli-host.hu)

Étlap név:

Bölcse 'Kised'

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Pinafesték

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><br>2026.10.19.     | Tej (2,8%) (2)*; Natúr vajkrém (2)*;<br>Darált napraforgó szórát (6, 8, 12, 13)*;<br>Teljes fonottka (1, 2)*; | Körte, víz;                                                              | Pritaminos halpogácsa (tepsis) (1, 3,<br>9)*; Brokkoliőzelek (1, 2)*; Banán,<br>víz;                                      | Gyümölcs tea; Tauris Toast sonka<br>all.mentes; Liga margarin; Félbarna<br>kenyér (1)*; Paradicsom;                  |
| <b>KEDD</b><br>2026.10.20.      | EN=239,40kcal FH=9,30g ZS=10,90g SZH=25,10g CK=10,20g<br>SÓ=0,40g TZS=3,80g                                   | EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=393,80kcal FH=17,40g ZS=12,60g SZH=50,70g CK=4,90g<br>SÓ=1,00g TZS=2,20g                                               | EN=166,40kcal FH=5,50g ZS=2,80g SZH=29,50g CK=5,50g<br>SÓ=1,00g TZS=0,10g                                            |
|                                 | Tej (2,8%) (2)*; Trappistásai szelet<br>(2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű<br>kenyér (1)*; Kígyóborka;      | Banán, víz;                                                              | Rostos ivólé 100%-os alma; Rakott<br>románbab (1, 2)*;                                                                    | Csipekogyótea; Pritaminos<br>csibemájkrém házi; Császárszemle (1,<br>2)*; Zöldpaprika;                               |
| <b>SZERDA</b><br>2026.10.21.    | EN=285,60kcal FH=15,00g ZS=12,60g SZH=27,80g CK=9,40g<br>SÓ=1,10g TZS=6,80g                                   | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=315,70kcal FH=18,50g ZS=11,90g SZH=38,40g CK=5,10g<br>SÓ=0,30g TZS=2,80g                                               | EN=136,00kcal FH=6,50g ZS=2,50g SZH=21,10g CK=5,80g<br>SÓ=0,50g TZS=0,30g                                            |
|                                 | Tej (2,8%) (2)*; Karfiolos<br>zöldgépástétom; Kukoricás kenyér (1)*;<br>Jégcsap retek;                        | Narancs, víz;                                                            | Sajtos csirkevagdalt (1, 2, 3)*; Vegyes<br>gyümölcsmártás (1, 2)*; Burgonya püré<br>1/2 (2)*;                             | Tej (2,8%) (2)*; Liga margarin; Teljes<br>kiőrlésű egyenes kifli (1)*;<br>Kígyóborka;                                |
| <b>CSÜTÖRTÖK</b><br>2026.10.22. | EN=266,30kcal FH=9,70g ZS=10,20g SZH=32,60g CK=9,30g<br>SÓ=1,20g TZS=4,10g                                    | EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=384,90kcal FH=16,60g ZS=10,40g SZH=52,80g CK=20,50g<br>SÓ=0,30g TZS=2,00g                                              | EN=167,40kcal FH=7,00g ZS=6,50g SZH=19,30g CK=7,10g<br>SÓ=0,50g TZS=2,80g                                            |
|                                 | Vaníliastej (2,8%) (1, 2)*; Teavaj (2)*;<br>Fatörzskifli (1, 2, 3)*;                                          | Alma, víz;                                                               | Teljesínes karfiol krémleves sajtárpára<br>kockával (1, 2)*; Bazsalikom<br>pulykamell; Orsósaszt (1)*;<br>Káposztasaláta; | Csipekogyótea; Párizskrém; Teljes<br>kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;                                               |
| <b>PÉNTEK</b><br>2026.10.23.    | EN=310,00kcal FH=8,20g ZS=15,60g SZH=33,80g CK=21,20g<br>SÓ=0,40g TZS=10,00g                                  | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=359,10kcal FH=20,30g ZS=11,60g SZH=42,50g CK=5,80g<br>SÓ=0,90g TZS=1,40g                                               | EN=160,10kcal FH=5,40g ZS=4,10g SZH=25,10g CK=5,30g<br>SÓ=0,90g TZS=1,10g                                            |
|                                 | Tej (2,8%) (2)*; Főtt tojás 1/2 (3)*;<br>Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér<br>(1)*; Zöldpaprika;          | Banán, víz;                                                              | Pincepörkölt; Alma-fehérrépaőzelek<br>(1, 2)*; Tört burgonya 1/2;                                                         | Joghurt Gyümölcs Danone könnyű és<br>finom gyümölcs (1, 2, 6)*; Liga<br>margarin; Finom fonott kalács (1, 2,<br>3)*; |
| <b>ÉN</b><br>2026.10.23.        | EN=261,90kcal FH=12,40g ZS=10,30g SZH=28,30g CK=9,50g<br>SÓ=0,90g TZS=4,30g                                   | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=321,50kcal FH=17,60g ZS=6,90g SZH=46,10g CK=14,20g<br>SÓ=0,40g TZS=1,20g                                               | EN=253,60kcal FH=7,70g ZS=7,50g SZH=37,90g CK=18,60g<br>SÓ=0,40g TZS=3,10g                                           |

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kengyelgyári 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:**  
**Bölcsöde 'Kisded'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Teljes zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéták; 11=Múster; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilaggyűrt; 15=Édesítőszer; 16=Phenol; 17=Élesztő; 18=Élesztő; 19=Élesztő; 20=Élesztő; 21=Élesztő; 22=Élesztő; 23=Élesztő; 24=Élesztő; 25=Élesztő; 26=Élesztő; 27=Élesztő; 28=Élesztő; 29=Élesztő; 30=Élesztő; 31=Élesztő; 32=Élesztő; 33=Élesztő; 34=Élesztő; 35=Élesztő; 36=Élesztő; 37=Élesztő; 38=Élesztő; 39=Élesztő; 40=Élesztő; 41=Élesztő; 42=Élesztő; 43=Élesztő; 44=Élesztő; 45=Élesztő; 46=Élesztő; 47=Élesztő; 48=Élesztő; 49=Élesztő; 50=Élesztő; 51=Élesztő; 52=Élesztő; 53=Élesztő; 54=Élesztő; 55=Élesztő; 56=Élesztő; 57=Élesztő; 58=Élesztő; 59=Élesztő; 60=Élesztő; 61=Élesztő; 62=Élesztő; 63=Élesztő; 64=Élesztő; 65=Élesztő; 66=Élesztő; 67=Élesztő; 68=Élesztő; 69=Élesztő; 70=Élesztő; 71=Élesztő; 72=Élesztő; 73=Élesztő; 74=Élesztő; 75=Élesztő; 76=Élesztő; 77=Élesztő; 78=Élesztő; 79=Élesztő; 80=Élesztő; 81=Élesztő; 82=Élesztő; 83=Élesztő; 84=Élesztő; 85=Élesztő; 86=Élesztő; 87=Élesztő; 88=Élesztő; 89=Élesztő; 90=Élesztő; 91=Élesztő; 92=Élesztő; 93=Élesztő; 94=Élesztő; 95=Élesztő; 96=Élesztő; 97=Élesztő; 98=Élesztő; 99=Élesztő; 100=Élesztő; 101=Élesztő; 102=Élesztő; 103=Élesztő; 104=Élesztő; 105=Élesztő; 106=Élesztő; 107=Élesztő; 108=Élesztő; 109=Élesztő; 110=Élesztő; 111=Élesztő; 112=Élesztő; 113=Élesztő; 114=Élesztő; 115=Élesztő; 116=Élesztő; 117=Élesztő; 118=Élesztő; 119=Élesztő; 120=Élesztő; 121=Élesztő; 122=Élesztő; 123=Élesztő; 124=Élesztő; 125=Élesztő; 126=Élesztő; 127=Élesztő; 128=Élesztő; 129=Élesztő; 130=Élesztő; 131=Élesztő; 132=Élesztő; 133=Élesztő; 134=Élesztő; 135=Élesztő; 136=Élesztő; 137=Élesztő; 138=Élesztő; 139=Élesztő; 140=Élesztő; 141=Élesztő; 142=Élesztő; 143=Élesztő; 144=Élesztő; 145=Élesztő; 146=Élesztő; 147=Élesztő; 148=Élesztő; 149=Élesztő; 150=Élesztő; 151=Élesztő; 152=Élesztő; 153=Élesztő; 154=Élesztő; 155=Élesztő; 156=Élesztő; 157=Élesztő; 158=Élesztő; 159=Élesztő; 160=Élesztő; 161=Élesztő; 162=Élesztő; 163=Élesztő; 164=Élesztő; 165=Élesztő; 166=Élesztő; 167=Élesztő; 168=Élesztő; 169=Élesztő; 170=Élesztő; 171=Élesztő; 172=Élesztő; 173=Élesztő; 174=Élesztő; 175=Élesztő; 176=Élesztő; 177=Élesztő; 178=Élesztő; 179=Élesztő; 180=Élesztő; 181=Élesztő; 182=Élesztő; 183=Élesztő; 184=Élesztő; 185=Élesztő; 186=Élesztő; 187=Élesztő; 188=Élesztő; 189=Élesztő; 190=Élesztő; 191=Élesztő; 192=Élesztő; 193=Élesztő; 194=Élesztő; 195=Élesztő; 196=Élesztő; 197=Élesztő; 198=Élesztő; 199=Élesztő; 200=Élesztő; 201=Élesztő; 202=Élesztő; 203=Élesztő; 204=Élesztő; 205=Élesztő; 206=Élesztő; 207=Élesztő; 208=Élesztő; 209=Élesztő; 210=Élesztő; 211=Élesztő; 212=Élesztő; 213=Élesztő; 214=Élesztő; 215=Élesztő; 216=Élesztő; 217=Élesztő; 218=Élesztő; 219=Élesztő; 220=Élesztő; 221=Élesztő; 222=Élesztő; 223=Élesztő; 224=Élesztő; 225=Élesztő; 226=Élesztő; 227=Élesztő; 228=Élesztő; 229=Élesztő; 230=Élesztő; 231=Élesztő; 232=Élesztő; 233=Élesztő; 234=Élesztő; 235=Élesztő; 236=Élesztő; 237=Élesztő; 238=Élesztő; 239=Élesztő; 240=Élesztő; 241=Élesztő; 242=Élesztő; 243=Élesztő; 244=Élesztő; 245=Élesztő; 246=Élesztő; 247=Élesztő; 248=Élesztő; 249=Élesztő; 250=Élesztő; 251=Élesztő; 252=Élesztő; 253=Élesztő; 254=Élesztő; 255=Élesztő; 256=Élesztő; 257=Élesztő; 258=Élesztő; 259=Élesztő; 260=Élesztő; 261=Élesztő; 262=Élesztő; 263=Élesztő; 264=Élesztő; 265=Élesztő; 266=Élesztő; 267=Élesztő; 268=Élesztő; 269=Élesztő; 270=Élesztő; 271=Élesztő; 272=Élesztő; 273=Élesztő; 274=Élesztő; 275=Élesztő; 276=Élesztő; 277=Élesztő; 278=Élesztő; 279=Élesztő; 280=Élesztő; 281=Élesztő; 282=Élesztő; 283=Élesztő; 284=Élesztő; 285=Élesztő; 286=Élesztő; 287=Élesztő; 288=Élesztő; 289=Élesztő; 290=Élesztő; 291=Élesztő; 292=Élesztő; 293=Élesztő; 294=Élesztő; 295=Élesztő; 296=Élesztő; 297=Élesztő; 298=Élesztő; 299=Élesztő; 300=Élesztő; 301=Élesztő; 302=Élesztő; 303=Élesztő; 304=Élesztő; 305=Élesztő; 306=Élesztő; 307=Élesztő; 308=Élesztő; 309=Élesztő; 310=Élesztő; 311=Élesztő; 312=Élesztő; 313=Élesztő; 314=Élesztő; 315=Élesztő; 316=Élesztő; 317=Élesztő; 318=Élesztő; 319=Élesztő; 320=Élesztő; 321=Élesztő; 322=Élesztő; 323=Élesztő; 324=Élesztő; 325=Élesztő; 326=Élesztő; 327=Élesztő; 328=Élesztő; 329=Élesztő; 330=Élesztő; 331=Élesztő; 332=Élesztő; 333=Élesztő; 334=Élesztő; 335=Élesztő; 336=Élesztő; 337=Élesztő; 338=Élesztő; 339=Élesztő; 340=Élesztő; 341=Élesztő; 342=Élesztő; 343=Élesztő; 344=Élesztő; 345=Élesztő; 346=Élesztő; 347=Élesztő; 348=Élesztő; 349=Élesztő; 350=Élesztő; 351=Élesztő; 352=Élesztő; 353=Élesztő; 354=Élesztő; 355=Élesztő; 356=Élesztő; 357=Élesztő; 358=Élesztő; 359=Élesztő; 360=Élesztő; 361=Élesztő; 362=Élesztő; 363=Élesztő; 364=Élesztő; 365=Élesztő; 366=Élesztő; 367=Élesztő; 368=Élesztő; 369=Élesztő; 370=Élesztő; 371=Élesztő; 372=Élesztő; 373=Élesztő; 374=Élesztő; 375=Élesztő; 376=Élesztő; 377=Élesztő; 378=Élesztő; 379=Élesztő; 380=Élesztő; 381=Élesztő; 382=Élesztő; 383=Élesztő; 384=Élesztő; 385=Élesztő; 386=Élesztő; 387=Élesztő; 388=Élesztő; 389=Élesztő; 390=Élesztő; 391=Élesztő; 392=Élesztő; 393=Élesztő; 394=Élesztő; 395=Élesztő; 396=Élesztő; 397=Élesztő; 398=Élesztő; 399=Élesztő; 400=Élesztő; 401=Élesztő; 402=Élesztő; 403=Élesztő; 404=Élesztő; 405=Élesztő; 406=Élesztő; 407=Élesztő; 408=Élesztő; 409=Élesztő; 410=Élesztő; 411=Élesztő; 412=Élesztő; 413=Élesztő; 414=Élesztő; 415=Élesztő; 416=Élesztő; 417=Élesztő; 418=Élesztő; 419=Élesztő; 420=Élesztő; 421=Élesztő; 422=Élesztő; 423=Élesztő; 424=Élesztő; 425=Élesztő; 426=Élesztő; 427=Élesztő; 428=Élesztő; 429=Élesztő; 430=Élesztő; 431=Élesztő; 432=Élesztő; 433=Élesztő; 434=Élesztő; 435=Élesztő; 436=Élesztő; 437=Élesztő; 438=Élesztő; 439=Élesztő; 440=Élesztő; 441=Élesztő; 442=Élesztő; 443=Élesztő; 444=Élesztő; 445=Élesztő; 446=Élesztő; 447=Élesztő; 448=Élesztő; 449=Élesztő; 450=Élesztő; 451=Élesztő; 452=Élesztő; 453=Élesztő; 454=Élesztő; 455=Élesztő; 456=Élesztő; 457=Élesztő; 458=Élesztő; 459=Élesztő; 460=Élesztő; 461=Élesztő; 462=Élesztő; 463=Élesztő; 464=Élesztő; 465=Élesztő; 466=Élesztő; 467=Élesztő; 468=Élesztő; 469=Élesztő; 470=Élesztő; 471=Élesztő; 472=Élesztő; 473=Élesztő; 474=Élesztő; 475=Élesztő; 476=Élesztő; 477=Élesztő; 478=Élesztő; 479=Élesztő; 480=Élesztő; 481=Élesztő; 482=Élesztő; 483=Élesztő; 484=Élesztő; 485=Élesztő; 486=Élesztő; 487=Élesztő; 488=Élesztő; 489=Élesztő; 490=Élesztő; 491=Élesztő; 492=Élesztő; 493=Élesztő; 494=Élesztő; 495=Élesztő; 496=Élesztő; 497=Élesztő; 498=Élesztő; 499=Élesztő; 500=Élesztő; 501=Élesztő; 502=Élesztő; 503=Élesztő; 504=Élesztő; 505=Élesztő; 506=Élesztő; 507=Élesztő; 508=Élesztő; 509=Élesztő; 510=Élesztő; 511=Élesztő; 512=Élesztő; 513=Élesztő; 514=Élesztő; 515=Élesztő; 516=Élesztő; 517=Élesztő; 518=Élesztő; 519=Élesztő; 520=Élesztő; 521=Élesztő; 522=Élesztő; 523=Élesztő; 524=Élesztő; 525=Élesztő; 526=Élesztő; 527=Élesztő; 528=Élesztő; 529=Élesztő; 530=Élesztő; 531=Élesztő; 532=Élesztő; 533=Élesztő; 534=Élesztő; 535=Élesztő; 536=Élesztő; 537=Élesztő; 538=Élesztő; 539=Élesztő; 540=Élesztő; 541=Élesztő; 542=Élesztő; 543=Élesztő; 544=Élesztő; 545=Élesztő; 546=Élesztő; 547=Élesztő; 548=Élesztő; 549=Élesztő; 550=Élesztő; 551=Élesztő; 552=Élesztő; 553=Élesztő; 554=Élesztő; 555=Élesztő; 556=Élesztő; 557=Élesztő; 558=Élesztő; 559=Élesztő; 560=Élesztő; 561=Élesztő; 562=Élesztő; 563=Élesztő; 564=Élesztő; 565=Élesztő; 566=Élesztő; 567=Élesztő; 568=Élesztő; 569=Élesztő; 570=Élesztő; 571=Élesztő; 572=Élesztő; 573=Élesztő; 574=Élesztő; 575=Élesztő; 576=Élesztő; 577=Élesztő; 578=Élesztő; 579=Élesztő; 580=Élesztő; 581=Élesztő; 582=Élesztő; 583=Élesztő; 584=Élesztő; 585=Élesztő; 586=Élesztő; 587=Élesztő; 588=Élesztő; 589=Élesztő; 590=Élesztő; 591=Élesztő; 592=Élesztő; 593=Élesztő; 594=Élesztő; 595=Élesztő; 596=Élesztő; 597=Élesztő; 598=Élesztő; 599=Élesztő; 600=Élesztő; 601=Élesztő; 602=Élesztő; 603=Élesztő; 604=Élesztő; 605=Élesztő; 606=Élesztő; 607=Élesztő; 608=Élesztő; 609=Élesztő; 610=Élesztő; 611=Élesztő; 612=Élesztő; 613=Élesztő; 614=Élesztő; 615=Élesztő; 616=Élesztő; 617=Élesztő; 618=Élesztő; 619=Élesztő; 620=Élesztő; 621=Élesztő; 622=Élesztő; 623=Élesztő; 624=Élesztő; 625=Élesztő; 626=Élesztő; 627=Élesztő; 628=Élesztő; 629=Élesztő; 630=Élesztő; 631=Élesztő; 632=Élesztő; 633=Élesztő; 634=Élesztő; 635=Élesztő; 636=Élesztő; 637=Élesztő; 638=Élesztő; 639=Élesztő; 640=Élesztő; 641=Élesztő; 642=Élesztő; 643=Élesztő; 644=Élesztő; 645=Élesztő; 646=Élesztő; 647=Élesztő; 648=Élesztő; 649=Élesztő; 650=Élesztő; 651=Élesztő; 652=Élesztő; 653=Élesztő; 654=Élesztő; 655=Élesztő; 656=Élesztő; 657=Élesztő; 658=Élesztő; 659=Élesztő; 660=Élesztő; 661=Élesztő; 662=Élesztő; 663=Élesztő; 664=Élesztő; 665=Élesztő; 666=Élesztő; 667=Élesztő; 668=Élesztő; 669=Élesztő; 670=Élesztő; 671=Élesztő; 672=Élesztő; 673=Élesztő; 674=Élesztő; 675=Élesztő; 676=Élesztő; 677=Élesztő; 678=Élesztő; 679=Élesztő; 680=Élesztő; 681=Élesztő; 682=Élesztő; 683=Élesztő; 684=Élesztő; 685=Élesztő; 686=Élesztő; 687=Élesztő; 688=Élesztő; 689=Élesztő; 690=Élesztő; 691=Élesztő; 692=Élesztő; 693=Élesztő; 694=Élesztő; 695=Élesztő; 696=Élesztő; 697=Élesztő; 698=Élesztő; 699=Élesztő; 700=Élesztő; 701=Élesztő; 702=Élesztő; 703=Élesztő; 704=Élesztő; 705=Élesztő; 706=Élesztő; 707=Élesztő; 708=Élesztő; 709=Élesztő; 710=Élesztő; 711=Élesztő; 712=Élesztő; 713=Élesztő; 714=Élesztő; 715=Élesztő; 716=Élesztő; 717=Élesztő; 718=Élesztő; 719=Élesztő; 720=Élesztő; 721=Élesztő; 722=Élesztő; 723=Élesztő; 724=Élesztő; 725=Élesztő; 726=Élesztő; 727=Élesztő; 728=Élesztő; 729=Élesztő; 730=Élesztő; 731=Élesztő; 732=Élesztő; 733=Élesztő; 734=Élesztő; 735=Élesztő; 736=Élesztő; 737=Élesztő; 738=Élesztő; 739=Élesztő; 740=Élesztő; 741=Élesztő; 742=Élesztő; 743=Élesztő; 744=Élesztő; 745=Élesztő; 746=Élesztő; 747=Élesztő; 748=Élesztő; 749=Élesztő; 750=Élesztő; 751=Élesztő; 752=Élesztő; 753=Élesztő; 754=Élesztő; 755=Élesztő; 756=Élesztő; 757=Élesztő; 758=Élesztő; 759=Élesztő; 760=Élesztő; 761=Élesztő; 762=Élesztő; 763=Élesztő; 764=Élesztő; 765=Élesztő; 766=Élesztő; 767=Élesztő; 768=Élesztő; 769=Élesztő; 770=Élesztő; 771=Élesztő; 772=Élesztő; 773=Élesztő; 774=Élesztő; 775=Élesztő; 776=Élesztő; 777=Élesztő; 778=Élesztő; 779=Élesztő; 780=Élesztő; 781=Élesztő; 782=Élesztő; 783=Élesztő; 784=Élesztő; 785=Élesztő; 786=Élesztő; 787=Élesztő; 788=Élesztő; 789=Élesztő; 790=Élesztő; 791=Élesztő; 792=Élesztő; 793=Élesztő; 794=Élesztő; 795=Élesztő; 796=Élesztő; 797=Élesztő; 798=Élesztő; 799=Élesztő; 800=Élesztő; 801=Élesztő; 802=Élesztő; 803=Élesztő; 804=Élesztő; 805=Élesztő; 806=Élesztő; 807=Élesztő; 808=Élesztő; 809=Élesztő; 810=Élesztő; 811=Élesztő; 812=Élesztő; 813=Élesztő; 814=Élesztő; 815=Élesztő; 816=Élesztő; 817=Élesztő; 818=Élesztő; 819=Élesztő; 820=Élesztő; 821=Élesztő; 822=Élesztő; 823=Élesztő; 824=Élesztő; 825=Élesztő; 826=Élesztő; 827=Élesztő; 828=Élesztő; 829=Élesztő; 830=Élesztő; 831=Élesztő; 832=Élesztő; 833=Élesztő; 834=Élesztő; 835=Élesztő; 836=Élesztő; 837=Élesztő; 838=Élesztő; 839=Élesztő; 840=Élesztő; 841=Élesztő; 842=Élesztő; 843=Élesztő; 844=Élesztő; 845=Élesztő; 846=Élesztő; 847=Élesztő; 848=Élesztő; 849=Élesztő; 850=Élesztő; 851=Élesztő; 852=Élesztő; 853=Élesztő; 854=Élesztő; 855=Élesztő; 856=Élesztő; 857=Élesztő; 858=Élesztő; 859=Élesztő; 860=Élesztő; 861=Élesztő; 862=Élesztő; 863=Élesztő; 864=Élesztő; 865=Élesztő; 866=Élesztő; 867=Élesztő; 868=Élesztő; 869=Élesztő; 870=Élesztő; 871=Élesztő; 872=Élesztő; 873=Élesztő; 874=Élesztő; 875=Élesztő; 876=Élesztő; 877=Élesztő; 878=Élesztő; 879=Élesztő; 880=Élesztő; 881=Élesztő; 882=Élesztő; 883=Élesztő; 884=Élesztő; 885=Élesztő; 886=Élesztő; 887=Élesztő; 888=Élesztő; 889=Élesztő; 890=Élesztő; 891=Élesztő; 892=Élesztő; 893=Élesztő; 894=Élesztő; 895=Élesztő; 896=Élesztő; 897=Élesztő; 898=Élesztő; 899=Élesztő; 900=Élesztő; 901=Élesztő; 902=Élesztő; 903=Élesztő; 904=Élesztő; 905=Élesztő; 906=Élesztő; 907=Élesztő; 908=Élesztő; 909=Élesztő; 910=Élesztő; 911=Élesztő; 912=Élesztő; 913=Élesztő; 914=Élesztő; 915=Élesztő; 916=Élesztő; 917=Élesztő; 918=Élesztő; 919=Élesztő; 920=Élesztő; 921=Élesztő; 922=Élesztő; 923=Élesztő; 924=Élesztő; 925=Élesztő; 926=Élesztő; 927=Élesztő; 928=Élesztő; 929=Élesztő; 930=Élesztő; 931=Élesztő; 932=Élesztő; 933=Élesztő; 934=Élesztő; 935=Élesztő; 936=Élesztő; 937=Élesztő; 938=Élesztő; 939=Élesztő; 940=Élesztő; 941=Élesztő; 942=Élesztő; 943=Élesztő; 944=Élesztő; 945=Élesztő; 946=Élesztő; 947=Élesztő; 948=Élesztő; 949=Élesztő; 950=Élesztő; 951=Élesztő; 952=Élesztő; 953=Élesztő; 954=Élesztő; 955=Élesztő; 956=Élesztő; 957=Élesztő; 958=Élesztő; 959=Élesztő; 960=Élesztő; 961=Élesztő; 962=Élesztő; 963=Élesztő; 964=Élesztő; 965=Élesztő; 966=Élesztő; 967=Élesztő; 968=Élesztő; 969=Élesztő; 970=Élesztő; 971=Élesztő; 972=Élesztő; 973=Élesztő; 974=Élesztő; 975=Élesztő; 976=Élesztő; 977=Élesztő; 978=Élesztő; 979=Élesztő; 980=Élesztő; 981=Élesztő; 982=Élesztő; 983=Élesztő; 984=Élesztő; 985=Élesztő; 986=Élesztő; 987=Élesztő; 988=Élesztő; 989=Élesztő; 990=Élesztő; 991=Élesztő; 992=Élesztő; 993=Élesztő; 994=Élesztő; 995=Élesztő; 996=Élesztő; 997=Élesztő; 998=Élesztő; 999=Élesztő; 1000=Élesztő; 1001=Élesztő; 1002=Élesztő; 1003=Élesztő; 1004=Élesztő; 1005=Élesztő; 1006=Élesztő; 1007=Élesztő; 1008=Élesztő; 1009=Élesztő; 1010=Élesztő; 1011=Élesztő; 1012=Élesztő; 1013=Élesztő; 1014=Élesztő; 1015=Élesztő; 1016=Élesztő; 1017=Élesztő; 1018=Élesztő; 1019=Élesztő; 1020=Élesztő; 1021=Élesztő; 1022=Élesztő; 1023=Élesztő; 1024=Élesztő; 1025=Élesztő; 1026=Élesztő; 1027=Élesztő; 1028=Élesztő; 1029=Élesztő; 1030=Élesztő; 1031=Élesztő; 1032=Élesztő; 1033=Élesztő; 1034=Élesztő; 1035=Élesztő; 1036=Élesztő; 1037=Élesztő; 1038=Élesztő; 1039=Élesztő; 1040=Élesztő; 1041=Élesztő; 1042=Élesztő; 1043=Élesztő; 1044=Élesztő; 1045=Élesztő; 1046=Élesztő; 1047=Élesztő; 1048=Élesztő; 1049=Élesztő; 1050=Élesztő; 1051=Élesztő; 1052=Élesztő; 1053=Élesztő; 1054=Élesztő; 1055=Élesztő; 1056=Élesztő; 1057=Élesztő; 1058=Élesztő; 1059=Élesztő; 1060=Élesztő; 1061=Élesztő; 106

|                                 | Reggeli                                                                                                                 | Tízórai                                                                  | Ebéd A                                                                                  | Uzsonna                                                                                                 |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HÉTFŐ</b><br>2026.10.26.     | Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*;<br>Darált napraforgó szórárt (6, 8, 12, 13)*;<br>Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*; | Banán, víz;                                                              | Tojásfeljút (1, 2, 3)*;<br>Leneseifőzelékpüré (1, 2, 11)*; Alma,<br>víz;                | Gyümölcs tea; Brokkolis cs.húskrém;<br>Zsemle (1)*; Paradicsom;                                         |
|                                 | EN=240,70kcal FH=10,40g ZS=11,10g SZH=23,60g CK=9,40g<br>SÓ=0,90g TZS=5,40g                                             | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=383,20kcal FH=21,10g ZS=10,10g SZH=47,90g CK=3,40g<br>SÓ=0,40g TZS=2,70g             | EN=129,20kcal FH=6,30g ZS=1,30g SZH=21,90g CK=5,40g<br>SÓ=0,30g TZS=0,20g                               |
| <b>KEDD</b><br>2026.10.27.      | Kakao (2, 4)*; Zala felvágott; Liga<br>margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;<br>Kigyóborka;                            | Körte, víz;                                                              | Rostos ivólé 100%-os narancs; Rakott<br>kelkáposzta (1, 2)*;                            | Csipkebogyó tea; Méz; Teavaj (2)*;<br>Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;                                   |
|                                 | EN=274,80kcal FH=12,00g ZS=10,40g SZH=33,00g CK=14,40g<br>SÓ=1,00g TZS=4,50g                                            | EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=279,90kcal FH=14,30g ZS=9,30g SZH=34,60g CK=4,90g<br>SÓ=0,20g TZS=1,10g              | EN=249,90kcal FH=3,10g ZS=1,10g SZH=34,10g CK=14,50g<br>SÓ=0,30g TZS=1,10g                              |
| <b>SZERDA</b><br>2026.10.28.    | Tej (2,8%) (2)*; Olaszos<br>szendvicskrém (2)*; Kukoricás kenyér<br>(1)*; Jégcsap retek;                                | Alma, víz;                                                               | Natur pulykamell szelet (1)*; Tejszínes<br>meggy mártás (1, 2)*; Burgonya püré<br>(2)*; | Natur joghurt (2)*; Liga margarin;<br>Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;<br>Zöldpaprika;                      |
|                                 | EN=241,40kcal FH=10,20g ZS=8,00g SZH=30,80g CK=9,50g<br>SÓ=0,90g TZS=5,00g                                              | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=377,70kcal FH=20,40g ZS=6,10g SZH=56,70g CK=22,10g<br>SÓ=0,20g TZS=1,40g             | EN=179,80kcal FH=7,70g ZS=7,80g SZH=19,00g CK=6,20g<br>SÓ=0,50g TZS=3,80g                               |
| <b>CSÜTÖRTÖK</b><br>2026.10.29. | Tejeskávé (1, 2)*; Lapkasajt (2)*; Liga<br>margarin; Zsemle (1)*;                                                       | Narancs, víz;                                                            | Sertésgulyás (1)*; Almás-gesztenyés<br>túrótöltött (1, 2, 3, 13)*;                      | Csipkebogyó tea; Paradicsomos<br>harcapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű<br>egyenes kifli (1)*; Kigyóborka; |
|                                 | EN=272,60kcal FH=13,30g ZS=12,80g SZH=26,50g CK=11,00g<br>SÓ=1,00g TZS=6,60g                                            | EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=430,90kcal FH=20,40g ZS=13,30g SZH=53,70g CK=17,40g<br>SÓ=0,30g TZS=1,30g            | EN=140,80kcal FH=3,90g ZS=4,90g SZH=18,90g CK=5,20g<br>SÓ=0,50g TZS=0,80g                               |
| <b>PÉNTEK</b><br>2026.10.30.    | Tej (2,8%) (2)*; Vanília túró (1, 2, 13)*;<br>Molnártka (1, 2, 3)*;                                                     | Alma, víz;                                                               | Tök magos sertésfasírt (1, 3, 6, 8, 12,<br>13)*; Mexikói főzelék (1, 2)*;               | Gyümölcs tea; Kockasajt (2)*;<br>Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;                                   |
|                                 | EN=237,00kcal FH=10,40g ZS=9,60g SZH=26,50g CK=13,20g<br>SÓ=0,40g TZS=4,40g                                             | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=381,90kcal FH=23,00g ZS=14,40g SZH=37,70g CK=9,00g<br>SÓ=0,50g TZS=1,50g             | EN=182,10kcal FH=5,60g ZS=3,80g SZH=30,30g CK=5,50g<br>SÓ=1,20g TZS=2,20g                               |

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



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Sárged, Kanyargóvár út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@sull-host.hu

**Étlap név:**

Tápanyagtartalom: EN=Szántott 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=Múster; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csigigűrt; 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.

Ételleink 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 'Kisded'

Időszak: 2026.10.01.-től 2026.10.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                                                                                                                                                      | Energia    | Fehérje | Zsír  | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|-------|------------|--------|-------|---------------|
| Alma<br>Összetétel: Alma                                                                                                                                                                                                                                   | 21,70kcal  | 0,30g   | 0,00g | 4,90g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Alma, víz<br>Összetétel: Alma                                                                                                                                                                                                                              | 21,70kcal  | 0,30g   | 0,00g | 4,90g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Alma-fehérrépa-főzelék<br>Összetétel: Fagy. alma, Fagy. gyökér, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                                                                                                  | 182,10kcal | 5,50g   | 2,30g | 34,70g     | 13,80g | 0,20g | 0,90g         |
| Almás-gesztenyés túrófelfűjt<br>Összetétel: Búzadara, Fagy. alma, Fagy. gesztenye püré, Félzsíros tehéntúró, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Liga margarin kocka, Porcukor, Sütőpor, Tej '1,5%', Tojásfehérje lé, Tojáslé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor | 270,60kcal | 11,40g  | 5,70g | 40,90g     | 16,20g | 0,10g | 0,80g         |
| Banán, víz<br>Összetétel: Banán                                                                                                                                                                                                                            | 84,00kcal  | 1,00g   | 0,00g | 19,40g     | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Bazsalikomos pulykamell<br>Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                                                                                                                        | 103,70kcal | 12,80g  | 5,40g | 0,80g      | 0,30g  | 0,10g | 0,40g         |
| Brokkoli-főzelék<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kóménymag, Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                                                                                      | 183,50kcal | 8,20g   | 6,70g | 20,60g     | 4,20g  | 0,20g | 1,40g         |
| Brokkolis cs.húskrém<br>Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                                                                                                          | 27,50kcal  | 3,80g   | 0,90g | 0,80g      | 0,30g  | 0,00g | 0,00g         |
| Brokkolis zöldségpástétom<br>Összetétel: Brokkolis zöldségpástétom 105g                                                                                                                                                                                    | 49,40kcal  | 0,60g   | 4,30g | 2,00g      | 0,00g  | 0,40g | 0,50g         |
| Burgonya püré<br>Összetétel: Burgonya, Liga margarin kocka, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'                                                                                                                                                             | 140,50kcal | 4,20g   | 2,10g | 23,90g     | 1,80g  | 0,10g | 0,70g         |
| Burgonya püré 1/2<br>Összetétel: Burgonya, Liga margarin kocka, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'                                                                                                                                                         | 73,00kcal  | 2,10g   | 1,00g | 12,60g     | 0,70g  | 0,00g | 0,30g         |
| Császárszemle<br>Összetétel: Császár szemle 50g                                                                                                                                                                                                            | 70,00kcal  | 2,00g   | 0,60g | 13,80g     | 0,70g  | 0,40g | 0,30g         |
| Csibehúskrém házi<br>Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin kocka, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'                                                                                                                                                    | 33,00kcal  | 4,90g   | 1,40g | 0,10g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Csipkebogyótea<br>Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor                                                                                                                                                                            | 24,60kcal  | 0,10g   | 0,00g | 5,60g      | 5,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Csirkemájaskrém<br>Összetétel: Csirke májaskrém 30g                                                                                                                                                                                                        | 39,60kcal  | 1,70g   | 3,30g | 0,70g      | 0,00g  | 0,20g | 0,80g         |
| Darált napraforgó szórat<br>Összetétel: Napraforgómag hántolt                                                                                                                                                                                              | 29,50kcal  | 0,90g   | 2,40g | 0,90g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Darált tökmag szórat<br>Összetétel: Tökmag hántolt                                                                                                                                                                                                         | 31,20kcal  | 1,70g   | 2,50g | 0,20g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Fatörzskifli<br>Összetétel: Fatörzskifli 57g                                                                                                                                                                                                               | 90,10kcal  | 2,20g   | 1,80g | 15,70g     | 3,10g  | 0,20g | 0,90g         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisdéd'

Időszak: 2026.10.01.-től 2026.10.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                                                                                                                                                                   | Energia    | Fehérje | Zsír  | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|-------|------------|--------|-------|---------------|
| Félbarna kenyér<br>Összetétel: Félbarna kenyér                                                                                                                                                                                                                          | 106,80kcal | 3,60g   | 0,40g | 22,20g     | 0,50g  | 0,60g | 0,00g         |
| Finom fonott kalács<br>Összetétel: Fonott kalács                                                                                                                                                                                                                        | 132,00kcal | 3,00g   | 2,90g | 22,70g     | 3,80g  | 0,30g | 1,40g         |
| Főtt burgonya 1/2<br>Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'                                                                                                                                                                                                       | 47,00kcal  | 1,20g   | 0,20g | 9,20g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Főtt tojás 1/2<br>Összetétel: Tojás főzött, tisztított                                                                                                                                                                                                                  | 36,70kcal  | 2,50g   | 2,20g | 0,20g      | 0,10g  | 0,10g | 0,70g         |
| Gulyásleves csirkehússal<br>Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes eperkocka tészta, Vöröshagyma | 158,40kcal | 8,90g   | 5,60g | 16,70g     | 1,20g  | 0,20g | 0,40g         |
| Gyümölcsös krémm joghurt<br>Összetétel: Gyümölcsös krémm joghurt 125g                                                                                                                                                                                                   | 125,00kcal | 4,10g   | 4,00g | 17,50g     | 16,20g | 0,20g | 2,80g         |
| Gyümölcstea<br>Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor                                                                                                                                                                                            | 24,60kcal  | 0,10g   | 0,00g | 5,60g      | 5,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Házi körözött<br>Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Tejföl '12%'                                                                                                                                                                              | 32,90kcal  | 2,50g   | 2,00g | 1,00g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Ínyenc zöldségfőzelék<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínyenc zöldség keverék, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                                                                                       | 213,80kcal | 7,50g   | 7,30g | 28,50g     | 5,30g  | 0,10g | 1,40g         |
| Jégcsap retek<br>Összetétel: Jégcsap retek                                                                                                                                                                                                                              | 4,20kcal   | 0,30g   | 0,00g | 0,40g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Joghurt Gyümölcs 'Danone könnyű és finom ovümölcs'<br>Összetétel: Danone K+F gyümölcs joghurt 125g                                                                                                                                                                      | 104,00kcal | 4,70g   | 2,60g | 15,20g     | 14,80g | 0,10g | 1,70g         |
| Kakaó<br>Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'                                                                                                                                                                                                            | 135,00kcal | 6,20g   | 5,80g | 14,30g     | 14,20g | 0,20g | 3,50g         |
| Káposztasaláta<br>Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'                                                                                                                                                                          | 22,80kcal  | 0,60g   | 0,10g | 4,80g      | 2,50g  | 0,00g | 0,00g         |
| Karamellástej<br>Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'                                                                                                                                                                                                                  | 132,00kcal | 6,00g   | 5,60g | 14,20g     | 14,20g | 0,20g | 3,40g         |
| Karfiolfőzelék<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                                                                                          | 162,10kcal | 6,10g   | 4,30g | 23,60g     | 6,00g  | 0,20g | 1,10g         |
| Karfiolos zöldségpástétom<br>Összetétel: Karfiolos zöldségpástétom 105g                                                                                                                                                                                                 | 48,90kcal  | 0,50g   | 4,30g | 2,00g      | 0,00g  | 0,40g | 0,50g         |
| Kefir<br>Összetétel: Kefir                                                                                                                                                                                                                                              | 90,00kcal  | 4,80g   | 5,20g | 5,70g      | 5,70g  | 0,20g | 3,40g         |
| Kelkáposzta főzelék<br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Só 'jódozott'                                                                                                                          | 225,20kcal | 6,20g   | 5,30g | 36,20g     | 0,00g  | 0,10g | 0,50g         |

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Időszak: 2026.10.01.-től 2026.10.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                                                                                                            | Energia    | Fehérje | Zsír  | Szénhidrát | Cukor | Só    | Telített zsír |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|-------|------------|-------|-------|---------------|
| Kifli<br>Összetétel: Kifli 43g                                                                                                                                                                                   | 63,40kcal  | 1,80g   | 0,60g | 12,40g     | 0,80g | 0,20g | 0,30g         |
| Kígyóuborka<br>Összetétel: Kígyó uborka                                                                                                                                                                          | 3,60kcal   | 0,30g   | 0,00g | 0,50g      | 0,00g | 0,00g | 0,00g         |
| Kockasajt<br>Összetétel: Kockasajt natúr                                                                                                                                                                         | 46,50kcal  | 1,60g   | 3,50g | 2,10g      | 0,00g | 0,60g | 2,20g         |
| Körte, víz<br>Összetétel: Körte                                                                                                                                                                                  | 36,40kcal  | 0,30g   | 0,00g | 8,40g      | 0,00g | 0,00g | 0,00g         |
| Kukoricás kenyér<br>Összetétel: Kukoricás kenyér                                                                                                                                                                 | 101,20kcal | 2,90g   | 0,30g | 21,00g     | 0,10g | 0,60g | 0,20g         |
| Lapkasajt<br>Összetétel: Lapkasajt                                                                                                                                                                               | 77,80kcal  | 6,50g   | 5,80g | 0,00g      | 0,00g | 0,50g | 3,80g         |
| Lencsefőzelékpüré<br>Összetétel: Babérlevél, őrölt, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma                      | 251,70kcal | 14,20g  | 4,70g | 36,60g     | 3,10g | 0,10g | 0,30g         |
| Liga margarin<br>Összetétel: Liga margarin kocka                                                                                                                                                                 | 17,60kcal  | 0,00g   | 2,00g | 0,00g      | 0,00g | 0,00g | 0,00g         |
| Magyaros vajkrém<br>Összetétel: Magyaros vajkrém                                                                                                                                                                 | 24,30kcal  | 0,40g   | 2,30g | 0,50g      | 0,00g | 0,00g | 1,50g         |
| Meggyes stíriai metélt<br>Összetétel: Fagy. meggy, Félzsíros tehéntúró, Kristálycukor, Liga margarin kocka, Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Torjámentes száraztészta, Vaníliás cukor | 232,70kcal | 11,60g  | 5,40g | 33,00g     | 8,40g | 0,00g | 0,40g         |
| Mexikói főzelék<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                                        | 205,00kcal | 7,20g   | 4,40g | 33,10g     | 8,70g | 0,30g | 1,10g         |
| Méz<br>Összetétel: Vegyes virág méz                                                                                                                                                                              | 21,00kcal  | 0,00g   | 0,00g | 5,80g      | 5,70g | 0,00g | 0,00g         |
| Molnárka<br>Összetétel: Molnárka 55g                                                                                                                                                                             | 87,40kcal  | 2,00g   | 2,00g | 15,00g     | 2,50g | 0,20g | 1,00g         |
| Narancs, víz<br>Összetétel: Narancs                                                                                                                                                                              | 28,70kcal  | 0,40g   | 0,00g | 6,00g      | 0,00g | 0,00g | 0,00g         |
| Natur csirkemell (szelet)<br>Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                                                                       | 104,20kcal | 12,50g  | 5,10g | 1,70g      | 0,00g | 0,10g | 0,50g         |
| Natúr joghurt<br>Összetétel: Natúr joghurt                                                                                                                                                                       | 93,00kcal  | 5,10g   | 5,40g | 6,00g      | 6,00g | 0,20g | 3,60g         |
| Natur pulykamell szelet<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Pulykamell filé, Só 'jódozott'                                                                                                      | 84,60kcal  | 13,10g  | 2,60g | 1,60g      | 0,00g | 0,00g | 0,10g         |
| Natúr szendvicsskrém<br>Összetétel: Natúr szendvicsskrém                                                                                                                                                         | 24,00kcal  | 1,00g   | 2,10g | 0,20g      | 0,20g | 0,10g | 1,40g         |

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Időszak: 2026.10.01.-től 2026.10.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                                                                                     | Energia    | Fehérje | Zsír  | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|-------|------------|--------|-------|---------------|
| Natúr vajkrém<br>Összetétel: Natúr vajkrém                                                                                                                                                | 24,10kcal  | 0,40g   | 2,20g | 0,60g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Olaszos szendvicskrém<br>Összetétel: Olaszos szendvicskrém                                                                                                                                | 24,00kcal  | 1,00g   | 2,10g | 0,20g      | 0,20g  | 0,10g | 1,40g         |
| Orsótészta<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta                                                                                            | 168,10kcal | 4,90g   | 3,30g | 29,60g     | 1,60g  | 0,00g | 0,40g         |
| Pápai sonka<br>Összetétel: Pápai sonka                                                                                                                                                    | 24,00kcal  | 3,40g   | 1,00g | 0,00g      | 0,00g  | 0,40g | 0,00g         |
| Paradicsom<br>Összetétel: Paradicsom                                                                                                                                                      | 6,90kcal   | 0,30g   | 0,10g | 1,20g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Paradicsom mártás<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma                   | 168,30kcal | 3,40g   | 5,00g | 26,90g     | 10,70g | 0,10g | 0,50g         |
| Paradicsomos harcsapástétom<br>Összetétel: Paradicsomos halpástétom                                                                                                                       | 50,40kcal  | 1,30g   | 4,60g | 0,90g      | 0,00g  | 0,20g | 0,60g         |
| Parajfőzelék<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                        | 179,90kcal | 5,30g   | 9,20g | 18,80g     | 6,30g  | 0,10g | 1,60g         |
| Párizsikrém<br>Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd, Liga margarin kocka                                                                                                      | 39,00kcal  | 1,50g   | 3,60g | 0,30g      | 0,10g  | 0,30g | 0,90g         |
| Petrezselymes túró<br>Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Tejföl '12%'                                                                                                    | 24,60kcal  | 2,30g   | 1,40g | 0,70g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Pincepörkölt<br>Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma                      | 92,40kcal  | 10,90g  | 4,40g | 2,20g      | 0,40g  | 0,20g | 0,30g         |
| Pirított dara<br>Összetétel: Búza dara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'                                                                                                                | 148,80kcal | 3,60g   | 2,20g | 27,90g     | 0,00g  | 0,00g | 0,20g         |
| Pritaminos csibemájkrém házi<br>Összetétel: Csirkemáj, Fagy. pritamin paprika, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'                                                                         | 35,40kcal  | 4,00g   | 1,80g | 0,80g      | 0,10g  | 0,10g | 0,00g         |
| Pritaminos halpogácsa (tepsis)<br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma | 132,30kcal | 8,20g   | 5,90g | 10,70g     | 0,70g  | 0,80g | 0,80g         |
| Pritaminos sajtgomba<br>Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt                                                    | 151,50kcal | 10,70g  | 8,90g | 6,30g      | 0,20g  | 0,60g | 5,50g         |
| Pulykahúsgombóc<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma                                                                  | 121,60kcal | 8,30g   | 7,40g | 6,90g      | 0,20g  | 0,20g | 0,60g         |
| Pulykasült<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                                             | 111,50kcal | 15,70g  | 4,80g | 0,90g      | 0,30g  | 0,00g | 0,30g         |
| Rakott kelkáposzta<br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kelkáposzta, Liga margarin kocka, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Vöröshagyma         | 265,90kcal | 14,20g  | 9,80g | 31,40g     | 1,80g  | 0,20g | 1,10g         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisdéd'

Időszak: 2026.10.01.-től 2026.10.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                                                                                                                                             | Energia    | Fehérje | Zsír   | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Rakott romanóbab<br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. romano bab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma                                                        | 301,70kcal | 18,40g  | 11,80g | 35,20g     | 2,00g  | 0,30g | 2,60g         |
| Rakott sárgarépa sajtszórattal<br>Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Liga margarin kocka, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma  | 316,30kcal | 16,20g  | 9,90g  | 41,70g     | 7,00g  | 0,50g | 1,80g         |
| Rakott tök sajtszórattal dúsítva<br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma                          | 318,50kcal | 16,00g  | 11,20g | 39,30g     | 6,20g  | 0,30g | 2,00g         |
| Rántott halfilé (tepsis)<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tojáslé                                                                                                        | 119,00kcal | 7,50g   | 5,50g  | 9,30g      | 0,10g  | 0,70g | 0,70g         |
| Rizsfelfújt<br>Összetétel: Aro margarin, Kristálycukor, Porcukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Száritott citromhéj, Tej '2,8%', Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor                                                                      | 280,00kcal | 10,20g  | 8,90g  | 53,20g     | 13,80g | 0,40g | 4,70g         |
| Rostos ivólé 100% őszibarack<br>Összetétel: Gyümölcsle sűrítmény                                                                                                                                                                                  | 14,00kcal  | 0,10g   | 0,10g  | 3,20g      | 3,10g  | 0,00g | 0,00g         |
| Rostos ivólé 100%-os alma<br>Összetétel: Gyümölcsle sűrítmény                                                                                                                                                                                     | 14,00kcal  | 0,10g   | 0,10g  | 3,20g      | 3,10g  | 0,00g | 0,00g         |
| Rostos ivólé 100%-os narancs<br>Összetétel: Gyümölcsle sűrítmény                                                                                                                                                                                  | 14,00kcal  | 0,10g   | 0,10g  | 3,20g      | 3,10g  | 0,00g | 0,00g         |
| Rozsláng kenyér<br>Összetétel: Rozskenyér                                                                                                                                                                                                         | 100,00kcal | 2,70g   | 0,30g  | 21,20g     | 0,20g  | 0,60g | 0,00g         |
| Sajtkrém<br>Összetétel: Natúr sajtkrém                                                                                                                                                                                                            | 37,00kcal  | 1,30g   | 2,80g  | 1,60g      | 0,00g  | 0,40g | 1,80g         |
| Sajtos csirkevagdalt<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Trappista sajt, Vöröshagyma                                             | 142,30kcal | 10,90g  | 8,40g  | 4,90g      | 0,40g  | 0,20g | 1,30g         |
| Sárgabaracklekvár<br>Összetétel: Sárgabarack lekvár                                                                                                                                                                                               | 24,60kcal  | 0,00g   | 0,00g  | 6,00g      | 6,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Sárgaborsófőzelékpüré<br>Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                                                                                                | 217,50kcal | 11,80g  | 3,60g  | 33,30g     | 0,20g  | 0,10g | 0,30g         |
| Sertésgulyás<br>Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojásmentes eperkocka tészta, Vöröshagyma | 160,30kcal | 9,00g   | 7,60g  | 12,80g     | 1,20g  | 0,20g | 0,50g         |
| Sertéshúskrém házi<br>Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Liga margarin kocka, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                                                                                                            | 42,20kcal  | 4,30g   | 2,40g  | 0,60g      | 0,30g  | 0,00g | 0,00g         |
| Sertéspörkölt<br>Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Natúr 30%-os lecsó, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                                                                                                    | 103,80kcal | 8,60g   | 7,00g  | 1,20g      | 0,30g  | 0,20g | 0,40g         |
| Szárnyszerű leves<br>Összetétel: Csirkemáj, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes eperszalag tészta, Vöröshagyma            | 140,20kcal | 11,70g  | 5,00g  | 11,70g     | 2,20g  | 0,20g | 0,50g         |
| Tauris Toast sonka all.mentes<br>Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet                                                                                                                                                                  | 10,50kcal  | 1,50g   | 0,30g  | 0,50g      | 0,00g  | 0,40g | 0,10g         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Időszak: 2026.10.01.-től 2026.10.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                                                                                                                                                                          | Energia    | Fehérje | Zsír   | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Tauris zöldséges felvágott<br>Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott                                                                                                                                                                                                  | 25,80kcal  | 1,40g   | 2,10g  | 0,30g      | 0,00g  | 0,30g | 0,80g         |
| Tavaszi zöldségleves májgaluskával<br>Összetétel: Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Félégyházi morzsa, Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma | 202,10kcal | 11,70g  | 7,00g  | 22,20g     | 2,70g  | 0,40g | 0,80g         |
| Teavaj<br>Összetétel: Teavaj                                                                                                                                                                                                                                                   | 72,30kcal  | 0,00g   | 8,20g  | 0,00g      | 0,00g  | 0,00g | 5,70g         |
| Tej (2,8%)<br>Összetétel: Tej '2,8%'                                                                                                                                                                                                                                           | 112,00kcal | 6,00g   | 5,60g  | 9,20g      | 9,20g  | 0,20g | 3,40g         |
| Tej (2,8%)<br>Összetétel: Tej '2,8%'                                                                                                                                                                                                                                           | 84,00kcal  | 4,50g   | 4,20g  | 6,90g      | 6,90g  | 0,20g | 2,60g         |
| Tejberizs fahéjas almával<br>Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Porcukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                                                                                                                       | 229,10kcal | 8,00g   | 5,20g  | 47,50g     | 18,30g | 0,30g | 3,10g         |
| Tejes fonottka<br>Összetétel: Fonottka 50g                                                                                                                                                                                                                                     | 73,80kcal  | 2,00g   | 0,70g  | 14,40g     | 1,00g  | 0,20g | 0,40g         |
| Tejeskávé<br>Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'                                                                                                                                                                                                                    | 107,00kcal | 4,70g   | 4,20g  | 12,20g     | 10,90g | 0,20g | 2,60g         |
| Tejszínes karfiol kremleves sárgarépa kockával<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Köménymag, Só 'jódozott'                                                                             | 64,50kcal  | 2,00g   | 2,80g  | 7,30g      | 1,40g  | 0,80g | 0,60g         |
| Tejszínes meggy mártás<br>Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '2,8%'                                                                                                                                   | 152,60kcal | 3,10g   | 1,40g  | 31,20g     | 20,30g | 0,10g | 0,60g         |
| Tejszínes őszibarack mártás<br>Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'                                                                                                                                     | 148,60kcal | 3,30g   | 1,70g  | 29,90g     | 16,90g | 0,10g | 0,70g         |
| Teljes kiőrlésű egyenes kifli<br>Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g                                                                                                                                                                                                | 62,20kcal  | 2,20g   | 0,30g  | 11,90g     | 0,20g  | 0,30g | 0,20g         |
| Teljes kiőrlésű kenyér<br>Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér                                                                                                                                                                                                                   | 89,60kcal  | 3,50g   | 0,40g  | 18,00g     | 0,20g  | 0,60g | 0,20g         |
| Teljeskiőrlésű zsemle<br>Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g                                                                                                                                                                                                                | 63,20kcal  | 2,20g   | 0,30g  | 12,10g     | 0,20g  | 0,30g | 0,20g         |
| Tojásfelfújt<br>Összetétel: Fagy. pirítós paprika, Finomliszt BL55, Petrezselyem zöld, Sütőpor, Tojás főzött, tisztított, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt                                                                                                     | 109,80kcal | 6,60g   | 5,40g  | 6,40g      | 0,30g  | 0,30g | 2,40g         |
| Tökmagos pulykavagdalt<br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pirítós paprika, Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tojáslé, Tökmag hántolt, Vöröshagyma                                                                           | 172,10kcal | 10,80g  | 11,10g | 5,90g      | 0,40g  | 0,20g | 0,70g         |
| Tökmagos sertésfasírt<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojáslé, Tökmag hántolt, Vöröshagyma                                                                                                                       | 176,90kcal | 15,80g  | 10,00g | 4,60g      | 0,30g  | 0,20g | 0,40g         |
| Tört burgonya 1/2<br>Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'                                                                                                                                                                                                              | 47,00kcal  | 1,20g   | 0,20g  | 9,20g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |

## Étlap melléklet

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

## Étlap: Bölcsöde 'Kisdéd'

**Időszak: 2026.10.01.-től 2026.10.30.-ig**

[illegible]