

|                          | Reggeli                                                                   | Tízórai                                                                  | Ebéd A                                                                      | Uzsonna                                                                  |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| HÉTFŐ<br>2026.11.02.     | Alma-sárgarépa püré; Gyümölcsstea;                                        | Őszibarack püré;                                                         | Párolt csirkemell; Töktőzelék;                                              | Gyümölcsstea; Alma vitamintál (1)*;                                      |
|                          | EN=83,70kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=20,10g CK=8,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g  | EN=40,00kcal FH=0,70g ZS=0,30g SZH=9,00g CK=9,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=200,20kcal FH=16,30g ZS=3,00g SZH=24,10g CK=4,90g<br>SÓ=0,20g TZS=0,30g  | EN=53,40kcal FH=0,50g ZS=0,20g SZH=11,90g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |
| KEDD<br>2026.11.03.      | Gyümölcsstea; Alma-sárgarépa püré;                                        | Őszibarack püré;                                                         | Párolt pulykamell; Sóskaftőzelék;                                           | Gyümölcsstea; Alma vitamintál (1)*;                                      |
|                          | EN=93,70kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=20,10g CK=8,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g  | EN=40,00kcal FH=0,70g ZS=0,30g SZH=9,00g CK=9,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=199,40kcal FH=17,90g ZS=2,90g SZH=21,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,20g TZS=0,10g  | EN=53,40kcal FH=0,50g ZS=0,20g SZH=11,90g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |
| SZERDA<br>2026.11.04.    | Gyümölcsstea; Banánpüré;                                                  | Reszelt alma;                                                            | Párolt csirkemell; Almamártás;                                              | Gyümölcsstea; Alma vitamintál (1)*;                                      |
|                          | EN=105,10kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=24,50g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=141,40kcal FH=13,30g ZS=2,50g SZH=14,90g CK=11,00g<br>SÓ=0,20g TZS=0,20g | EN=53,40kcal FH=0,50g ZS=0,20g SZH=11,90g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |
| CSÜTÖRTÖK<br>2026.11.05. | Gyümölcsstea; Körtepüré;                                                  | Alma-sárgarépa püré;                                                     | Párolt csirkemell; Sütőtökös almamártás (2)*;                               | Gyümölcsstea; Reszelt alma;                                              |
|                          | EN=57,50kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=13,50g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g | EN=195,80kcal FH=14,20g ZS=2,90g SZH=26,20g CK=20,30g<br>SÓ=0,20g TZS=0,40g | EN=42,80kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=10,00g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |
| PÉNTEK<br>2026.11.06.    | Gyümölcsstea; Banán vitamintál (1)*;                                      | Őszibarack püré;                                                         | Párolt csirkemell; Sárgarépaftőzelék;                                       | Gyümölcsstea; Alma-körte püré;                                           |
|                          | EN=189,70kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=40,10g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=40,00kcal FH=0,70g ZS=0,30g SZH=9,00g CK=9,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g  | EN=207,00kcal FH=16,40g ZS=2,50g SZH=26,20g CK=5,70g<br>SÓ=0,30g TZS=0,20g  | EN=50,10kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=11,70g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |

## Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név: 4200A1 Tejmentes 'Csecsemő'

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=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszerek; 16=Puhatestűk  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információt. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

|                          | Reggeli                                                                                                               | Tízórai                                                                                           | Ebéd A                                                                                                                       | Uzsonna                                                                                                           |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HÉTFŐ<br>2026.11.09.     | Csipkebogyótea; Alma-körte püré<br>100g;<br>EN=73,80kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=17,20g CK=16,50g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | Alma-sárgarépa püré;<br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g  | Párolt csirkemell; Kelkáposztafőzelék;<br>EN=194,80kcal FH=16,80g ZS=2,80g SZH=23,50g CK=0,00g<br>SÓ=0,20g TZS=0,20g         | Gyümölcs tea; Banánpüre;<br>EN=105,10kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=24,50g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g             |
| KEDD<br>2026.11.10.      | Gyümölcs tea; Körtépüre;<br>EN=57,50kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=13,50g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g                  | Banánpüre;<br>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g            | Párolt pulykamell;<br>Alma-fehérrépa főzelék;<br>EN=191,60kcal FH=14,40g ZS=7,70g SZH=15,70g CK=10,50g<br>SÓ=0,30g TZS=0,70g | Csipkebogyótea; Alma vitamintál (1)*;<br>EN=53,10kcal FH=0,50g ZS=0,20g SZH=11,90g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |
| SZERDA<br>2026.11.11.    | Csipkebogyótea; Reszelt alma;<br>EN=42,50kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=10,00g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g             | Őszibarack-banánpüre;<br>EN=50,80kcal FH=0,70g ZS=0,10g SZH=11,60g CK=3,20g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | Párolt csirkemell; Zöldborsófőzelék;<br>EN=245,60kcal FH=20,60g ZS=3,00g SZH=30,60g CK=5,00g<br>SÓ=0,20g TZS=0,30g           | Gyümölcs tea; Banánpüre;<br>EN=105,10kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=24,50g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g             |
| CSÜTÖRTÖK<br>2026.11.12. | Gyümölcs tea; Banánpüre;<br>EN=105,10kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=24,50g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g                 | Alma-sárgarépa püré;<br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g  | Párolt csirkemell; Karfiolfőzelék;<br>EN=197,60kcal FH=17,30g ZS=3,00g SZH=22,50g CK=2,20g<br>SÓ=0,20g TZS=0,20g             | Csipkebogyótea; Alma-körte püré;<br>EN=49,80kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=11,70g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g      |
| PÉNTEK<br>2026.11.13.    | Csipkebogyótea; Banán vitamintál (1)*;<br>EN=188,40kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=40,10g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g   | Reszelt alma;<br>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g          | Párolt pulykamell; Alma-cékla mártás;<br>EN=174,60kcal FH=15,50g ZS=2,90g SZH=19,60g CK=5,50g<br>SÓ=0,20g TZS=0,10g          | Gyümölcs tea; Alma-sárgarépa püré;<br>EN=83,70kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=20,10g CK=8,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g    |

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kegyér-Égyházi 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:**  
**4200A1 Tejmentes 'Csecsemő'**

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=Fakéfék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesfűszár; 16=Punatészta  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

|                          | Reggeli                                                                                                      | Tízórai                                                                                              | Ebéd A                                                                                                                                 | Uzsonna                                                                                                                 |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HÉTFŐ<br>2026.11.16.     | Tápszer; Körteapüré;<br><br>EN=38,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g          | Banánapüré;<br><br>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g          | Párolt csirkemell; Sárgarépa főzelék;<br><br>EN=207,00kcal FH=16,40g ZS=2,50g SZH=26,20g CK=5,70g<br>SO=0,30g Tzs=0,20g                | Gyümölcs tea; Alma vitamintál (1)*;<br><br>EN=53,40kcal FH=0,50g ZS=0,20g SZH=11,90g CK=5,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g     |
| KEDD<br>2026.11.17.      | Csipebogyó tea; Banánapüré;<br><br>EN=104,80kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=24,50g CK=5,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g | Reszelt alma;<br><br>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g         | Párolt csirkemell; Brokkoli főzelék;<br><br>EN=199,60kcal FH=18,90g ZS=3,00g SZH=20,60g CK=1,70g<br>SO=0,40g Tzs=0,20g                 | Gyümölcs tea; Meggy vitamintál (1)*;<br><br>EN=78,70kcal FH=1,10g ZS=0,40g SZH=17,10g CK=13,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g   |
| SZERDA<br>2026.11.18.    | Őszibarack-almapüré;<br><br>EN=24,80kcal FH=0,40g ZS=0,10g SZH=5,60g CK=3,20g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g          | Alma-sárgarépa püré;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SO=0,10g Tzs=0,00g | Párolt csirkemell; Sárgarépa főzelék;<br>Banánapüré;<br><br>EN=291,00kcal FH=17,40g ZS=2,50g SZH=45,60g CK=5,70g<br>SO=0,30g Tzs=0,20g | Gyümölcs tea; Meggy vitamintál (1)*;<br><br>EN=78,70kcal FH=1,10g ZS=0,40g SZH=17,10g CK=13,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g   |
| CSÜTÖRTÖK<br>2026.11.19. | Alma-sárgarépa püré;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SO=0,10g Tzs=0,00g         | Reszelt alma;<br><br>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g         | Párolt pulykamell; Almamártás;<br><br>EN=146,60kcal FH=13,90g ZS=2,80g SZH=14,90g CK=11,00g<br>SO=0,20g Tzs=0,10g                      | Csipebogyó tea; Banán vitamintál (1)*;<br><br>EN=189,40kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=40,10g CK=5,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g |
| PÉNTEK<br>2026.11.20.    | Banánapüré;<br><br>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g                  | Alma-sárgarépa püré;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SO=0,10g Tzs=0,00g | Párolt csirkemell; Tökfőzelék; Reszelt<br>alma;<br><br>EN=221,90kcal FH=16,60g ZS=3,00g SZH=29,00g CK=4,90g<br>SO=0,20g Tzs=0,30g      | Gyümölcs tea; Meggy vitamintál (1)*;<br><br>EN=78,70kcal FH=1,10g ZS=0,40g SZH=17,10g CK=13,00g<br>SO=0,00g Tzs=0,00g   |

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOZGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyérpárizs 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:**  
**4200A1 Tejmentes 'Csecesemő'**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO<sub>2</sub>; 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=Mústár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pinateszték  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkral.

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

|                                 | Reggeli                                                                                                       | Tízórai                                                                                              | Ebéd A                                                                                                                                   | Uzsonna                                                                                                                  |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HÉTFŐ</b><br>2026.11.23.     | Tápszer; Banánpüre;<br><br>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g           | Almapüre 100g;<br><br>EN=52,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=11,30g CK=10,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,10g      | Párolt sertéshús 'darált';<br>Sütiökfőzelék;<br><br>EN=297,10kcal FH=14,50g ZS=9,50g SZH=34,60g CK=9,00g<br>SÓ=0,30g TZS=0,60g           | Gyümölcs tea; Alma-sárgarépa püre;<br><br>EN=93,70kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=20,10g CK=8,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g       |
| <b>KEDD</b><br>2026.11.24.      | Tápszer; Banánpüre;<br><br>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g           | Alma-sárgarépa püre;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g | Párolt pulykamell; Sárgarépa főzelék;<br>Reszelt alma;<br><br>EN=233,90kcal FH=17,30g ZS=2,80g SZH=31,10g CK=5,70g<br>SÓ=0,30g TZS=0,10g | Gyümölcs tea; Körtépüre;<br><br>EN=57,50kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=13,50g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g                 |
| <b>SZERDA</b><br>2026.11.25.    | Tápszer; Alma-sárgarépa püre;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g | Reszelt alma;<br><br>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=9,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g         | Párolt sertéshús 'darált'; Karfiófőzelék;<br><br>EN=248,00kcal FH=15,40g ZS=9,30g SZH=22,50g CK=2,20g<br>SÓ=0,20g TZS=0,50g              | Banán vitamintál (1)*;<br><br>EN=168,60kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=35,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g                  |
| <b>CSÜTÖRTÖK</b><br>2026.11.26. | Tápszer; Banánpüre;<br><br>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g           | Őszibarack püre;<br><br>EN=40,00kcal FH=0,70g ZS=0,30g SZH=9,00g CK=9,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g      | Párolt halfilé 'darált' (9)*; Almamártás;<br><br>EN=101,30kcal FH=6,40g ZS=1,40g SZH=14,70g CK=11,00g<br>SÓ=0,70g TZS=0,10g              | Gyümölcs tea; Alma-sárgarépa püre;<br><br>EN=93,70kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=20,10g CK=8,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g       |
| <b>PÉNTEK</b><br>2026.11.27.    | Tápszer; Alma-sárgarépa püre;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g | Reszelt alma;<br><br>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=9,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g         | Párolt csirkemell; Vadamártás;<br><br>EN=212,20kcal FH=16,70g ZS=2,90g SZH=27,10g CK=2,30g<br>SÓ=0,30g TZS=0,20g                         | Csipkebogyó tea; Banán vitamintál (1)*;<br><br>EN=189,40kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=40,10g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTO ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kegyér-gyári 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:**  
**4200A1 Tejmentes 'Csecsemő'**

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=Fákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfű; 16=Punatészték  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

**"Sul-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"**

|                          | Reggeli                                                                                                          | Tízórai                                                                                                 | Ebéd A                                                                                                                               | Uzsonna                                                                                                                 |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HÉTFŐ<br>2026.11.30.     | Tápszer; Banán vitamintál (1)*;<br><br>EN=168,60kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=35,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | Alma-sárgarépa püré;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g    | Párolt csirkemell; Salátafőzelék;<br>Reszelt alma;<br><br>EN=190,90kcal FH=15,30g ZS=2,60g SZH=23,80g CK=0,00g<br>SÓ=0,20g TZS=0,20g | Csipkebogyótea;<br>Őszibarack-almapüré;<br><br>EN=46,60kcal FH=0,40g ZS=0,10g SZH=10,70g CK=6,20g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g |
| KEDD<br>2026.12.01.      | Tápszer; Köteipüré;<br><br>EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g               | Reszelt alma;<br><br>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g            | Párolt csirkemell; Kelkáposztafőzelék;<br><br>EN=194,80kcal FH=16,80g ZS=2,80g SZH=23,50g CK=0,00g<br>SÓ=0,20g TZS=0,20g             | Gyümölcs tea; Banán vitamintál (1)*;<br><br>EN=189,70kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=40,10g CK=5,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g   |
| SZERDA<br>2026.12.02.    | Tápszer; Alma-köte püré 100g;<br><br>EN=53,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=11,50g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g   | Banánpüré;<br><br>EN=64,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g              | Párolt csirkemell; Zöldbabfőzelék;<br><br>EN=199,60kcal FH=17,40g ZS=2,90g SZH=22,80g CK=2,20g<br>SÓ=0,20g TZS=0,20g                 | Gyümölcs tea; Alma-sárgarépa püré;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g      |
| CSÜTÖRTÖK<br>2026.12.03. | Tápszer; Reszelt alma;<br><br>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g            | Banán vitamintál (1)*;<br><br>EN=168,60kcal FH=3,00g ZS=1,40g SZH=35,00g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g | Párolt csirkemell; darált; Céklafőzelék;<br><br>EN=132,10kcal FH=11,90g ZS=3,10g SZH=13,30g CK=2,20g<br>SÓ=0,20g TZS=0,10g           | Alma-köte püré 100g;<br><br>EN=53,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=11,50g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g                   |
| PÉNTEK<br>2026.12.04.    | Tápszer; Alma vitamintál (1)*;<br><br>EN=32,30kcal FH=0,50g ZS=0,20g SZH=6,80g CK=0,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g    | Őszibarack püré;<br><br>EN=40,00kcal FH=0,70g ZS=0,30g SZH=9,00g CK=9,00g<br>SÓ=0,00g TZS=0,00g         | Párolt pulykamell; Sárgarépa-főzelék;<br><br>EN=212,20kcal FH=17,00g ZS=2,80g SZH=26,20g CK=5,70g<br>SÓ=0,30g TZS=0,10g              | Alma-sárgarépa püré;<br><br>EN=72,60kcal FH=1,80g ZS=0,00g SZH=15,00g CK=3,00g<br>SÓ=0,10g TZS=0,00g                    |

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



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

**Étlap név:**  
**4200A1 Tejmentes 'Csecsemő'**

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=Fákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszerek; 16=Punatestűek  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

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

# Étlap melléklet

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

Étlap: 4200A1 Tejmentes 'Csecsemő'

Időszak: 2026.11.02.-től 2026.11.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                       | Energia    | Fehérje | Zsír  | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|-------|------------|--------|-------|---------------|
| Alma vitamintál<br>Összetétel: Alma , Háztartási keksz                                                                      | 32,30kcal  | 0,50g   | 0,20g | 6,80g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Alma-cékla mártás<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. alma, Fagy. cékla, Só 'jódozott'                                           | 96,80kcal  | 2,50g   | 0,30g | 19,40g     | 5,50g  | 0,10g | 0,00g         |
| Alma-fehérrépa főzelék<br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. gyökér, Kristálycukor, Só 'jódozott' | 113,80kcal | 1,40g   | 5,10g | 15,50g     | 10,50g | 0,20g | 0,60g         |
| Alma-körte püré<br>Összetétel: Alma , Körte                                                                                 | 29,00kcal  | 0,30g   | 0,00g | 6,60g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Alma-körte püré 100g<br>Összetétel: Alma-körte püré                                                                         | 53,00kcal  | 0,30g   | 0,10g | 12,10g     | 11,50g | 0,00g | 0,00g         |
| Alma-sárgarépa püré<br>Összetétel: Alma , Fagy. sárgarépa                                                                   | 72,60kcal  | 1,80g   | 0,00g | 15,00g     | 3,00g  | 0,10g | 0,00g         |
| Almamártás<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. alma, Só 'jódozott'                                                               | 68,80kcal  | 0,90g   | 0,20g | 14,70g     | 11,00g | 0,10g | 0,00g         |
| Almapüré 100g<br>Összetétel: Püré 'Alma' Cukormentes 100g                                                                   | 52,00kcal  | 0,30g   | 0,10g | 11,30g     | 10,00g | 0,00g | 0,10g         |
| Banán vitamintál<br>Összetétel: Banán, Háztartási keksz                                                                     | 168,60kcal | 3,00g   | 1,40g | 35,00g     | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Banánpüre<br>Összetétel: Banán                                                                                              | 84,00kcal  | 1,00g   | 0,00g | 19,40g     | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Brokkolifőzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. brokkoli, Só 'jódozott'                                                      | 127,00kcal | 6,50g   | 0,70g | 20,40g     | 1,70g  | 0,30g | 0,00g         |
| Csipkebogyótea<br>Összetétel: Citrom, Kristálycukor, Tea filteres                                                           | 20,80kcal  | 0,00g   | 0,00g | 5,10g      | 5,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Gyümölcs tea<br>Összetétel: Citrom, Kristálycukor, Tea filteres                                                             | 21,10kcal  | 0,00g   | 0,00g | 5,10g      | 5,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Karfiolfőzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. karfiol, Só 'jódozott'                                                        | 125,00kcal | 4,90g   | 0,70g | 22,30g     | 2,20g  | 0,10g | 0,00g         |
| Kelkáposztafőzelék<br>Összetétel: Burgonya, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Só 'jódozott'                                | 122,20kcal | 4,40g   | 0,50g | 23,30g     | 0,00g  | 0,10g | 0,00g         |
| Körte püré<br>Összetétel: Körte                                                                                             | 36,40kcal  | 0,30g   | 0,00g | 8,40g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Meggy vitamintál<br>Összetétel: Fagy. meggy, Háztartási keksz                                                               | 57,60kcal  | 1,10g   | 0,40g | 12,00g     | 8,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Őszibarack püré<br>Összetétel: Fagy. őszibarack                                                                             | 40,00kcal  | 0,70g   | 0,30g | 9,00g      | 9,00g  | 0,00g | 0,00g         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: 4200A1 Tejmentes 'Csecsemő'

Időszak: 2026.11.02.-tól 2026.11.30.-ig

| Étel név , összetevők                                                                                                                        | Energia    | Fehérje | Zsír  | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|-------|------------|--------|-------|---------------|
| Őszibarack-almapüre<br>Összetétel: Alma , Fagy. őszibarack                                                                                   | 24,80kcal  | 0,40g   | 0,10g | 5,60g      | 3,20g  | 0,00g | 0,00g         |
| Őszibarack-banánpüre<br>Összetétel: Banán, Fagy. őszibarack                                                                                  | 50,80kcal  | 0,70g   | 0,10g | 11,60g     | 3,20g  | 0,00g | 0,00g         |
| Párolt csirkemell<br>Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'                                                         | 72,60kcal  | 12,40g  | 2,30g | 0,20g      | 0,00g  | 0,10g | 0,20g         |
| Párolt halfilé 'darált'<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pangasius halfilé, Só 'jódozott'                                                 | 32,50kcal  | 5,50g   | 1,20g | 0,00g      | 0,00g  | 0,60g | 0,10g         |
| Párolt pulykamell<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott'                                                         | 77,80kcal  | 13,00g  | 2,60g | 0,20g      | 0,00g  | 0,10g | 0,10g         |
| Párolt sertéshús 'darált'<br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott'                                                     | 123,00kcal | 10,50g  | 8,60g | 0,20g      | 0,00g  | 0,10g | 0,50g         |
| Reszelt alma<br>Összetétel: Alma                                                                                                             | 21,70kcal  | 0,30g   | 0,00g | 4,90g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| Salátafőzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fejes saláta, Só 'jódozott'                                                                           | 96,60kcal  | 2,60g   | 0,30g | 18,70g     | 0,00g  | 0,10g | 0,00g         |
| Sárgarépa-főzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. sárgarépa, Só 'jódozott'                                                                    | 134,40kcal | 4,00g   | 0,20g | 26,00g     | 5,70g  | 0,20g | 0,00g         |
| Sóska-főzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. sóska, Só 'jódozott'                                                                            | 121,60kcal | 4,90g   | 0,30g | 20,80g     | 0,00g  | 0,10g | 0,00g         |
| Sütőtök-főzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. sütőtök, Fahéj, Só 'jódozott'                                                                 | 174,10kcal | 4,00g   | 0,90g | 34,40g     | 9,00g  | 0,20g | 0,10g         |
| Sütőtökös almamártás<br>Összetétel: Burgonya, Citrom, Fagy. alma, Fagy. sütőtök, Fahéj, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%' | 123,20kcal | 1,80g   | 0,60g | 26,10g     | 20,30g | 0,10g | 0,20g         |
| Tökfőzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. tök, Só 'jódozott'                                                                                 | 127,60kcal | 3,90g   | 0,70g | 23,90g     | 4,90g  | 0,10g | 0,10g         |
| Vadasmártás<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Só 'jódozott'                                                            | 139,60kcal | 4,30g   | 0,60g | 26,90g     | 2,30g  | 0,20g | 0,00g         |
| Zöldborsófőzelék<br>Összetétel: Burgonya, Fagy. zöldborsó, Só 'jódozott'                                                                     | 173,00kcal | 8,20g   | 0,70g | 30,40g     | 5,00g  | 0,10g | 0,10g         |