

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2026.03.30.	Tej (2,8%) (2)*; Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Narancs, víz;	Párolt sertéshús (darált); Reszelt sajt (2)*; Sütőközközlelék (1, 2)*;	Gyümölcsstea (gyermek); Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=289,50kcal FH=11,50g ZS=9,50g SZH=33,90g CK=9,70g SO=1,40g TZS=5,80g	EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=344,90kcal FH=19,10g ZS=13,80g SZH=33,90g CK=14,40g SO=0,40g TZS=3,80g	EN=159,90kcal FH=5,20g ZS=2,70g SZH=28,30g CK=5,50g SO=1,10g TZS=0,70g
<b>KEDD</b> 2026.03.31.	Tej (2,8%) (2)*; Karottás sertéshúsok házi; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Reszelt köfte;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Párolt pulykamell (darált); Kefíres zöldbabközközlelék (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=272,50kcal FH=13,70g ZS=11,80g SZH=27,50g 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=298,70kcal FH=19,50g ZS=10,30g SZH=30,30g CK=11,80g SO=0,20g TZS=1,70g	EN=218,20kcal FH=9,30g ZS=7,10g SZH=28,80g CK=5,50g SO=1,00g TZS=3,80g
<b>SZERDA</b> 2026.04.01.	Tej (2,8%) (2)*; Vaníliástúró (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Banán, víz;	Párolt csirkemell (darált); Reszelt sajt (2)*; Parajfőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Gyümölcsstea (gyermek); Zöldfűszeres harcsapatétom all.mentes (9)*; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóborka;
	EN=256,40kcal FH=12,00g ZS=8,00g SZH=33,70g CK=11,20g SO=0,90g TZS=3,40g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=341,00kcal FH=21,50g ZS=15,10g SZH=28,30g CK=6,30g SO=0,30g TZS=4,00g	EN=185,10kcal FH=5,30g ZS=5,00g SZH=29,20g CK=5,50g SO=0,20g TZS=0,80g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.04.02.	Tej (2,8%) (2)*; Csirkemájaskrém Tej- Szója-, Lisztmentes; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Alma, víz;	Párolt pulykamell (darált); Reszelt sajt (2)*; Fejeskáposztafőzelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Gyümölcsstea (gyermek); Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=241,20kcal FH=11,20g ZS=9,30g SZH=27,90g CK=9,40g SO=1,00g TZS=4,40g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,30g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=380,80kcal FH=24,30g ZS=11,20g SZH=38,60g CK=4,90g SO=0,40g TZS=3,60g	EN=210,60kcal FH=4,00g ZS=8,70g SZH=29,00g CK=5,50g SO=0,60g TZS=5,70g
<b>PÉNTEK</b> 2026.04.03.				

## Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

### Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:  
**Bölcsöde 'Tipegő'**

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=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesfűszek; 16=Puhatestiek  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergénekkel kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkkal.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

HÉTFŐ 2026.04.06.	KEDD 2026.04.07.	SZERDA 2026.04.08.	CSÜTÖRTÖK 2026.04.09.	PÉNTEK 2026.04.10.
Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	
Kakao (2, 4)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Reszelt körte;	Rostos ivólé 100%-os alma; Párolt seneshús (darált); Reszelt sajt (2)*; Sárgarépafőzelék (1, 2)*;	kefir (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	
EN=248;80kcal FH=10;10g ZS=8;30g SZH=33;20g CK=14;40g SO=0;90g Tzs=4;30g	EN=56;40kcal FH=0;30g ZS=0;00g SZH=8;40g CK=0;00g SO=0;00g Tzs=0;00g	EN=396;80kcal FH=20;20g ZS=18;50g SZH=99;00g CK=15;10g SO=0;50g Tzs=3;80g	EN=227;50kcal FH=9;40g ZS=8;00g SZH=29;30g CK=6;50g SO=0;80g Tzs=3;60g	
Tej (2,8%) (2)*; Tejfőtős túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Barán, víz;	Párolt csirkemell (darált); Reszelt sajt (2)*; Alma-gesztyenyemártás tejszínes (1, 2)*; Burgonya puré 1/2 (2)*;	Csipkebogyótea; Csirkejő baromfi rúd Allergenmentes; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	
EN=250;40kcal FH=12;00g ZS=8;00g SZH=32;20g CK=9;70g SO=0;80g Tzs=3;40g	EN=84;00kcal FH=1;00g ZS=0;00g SZH=19;40g CK=0;00g SO=0;00g Tzs=0;00g	EN=389;10kcal FH=19;90g ZS=8;20g SZH=51;20g CK=19;50g SO=0;30g Tzs=2;20g	EN=189;30kcal FH=5;40g ZS=5;10g SZH=25;10g CK=5;30g SO=1;00g Tzs=1;70g	
Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes tojáskrém (3)*; Félbarna kenyér (1)*; Hónapos rettek;	Narancs, víz;	Párolt csirkemell (darált); Reszelt sajt (2)*; Karfiolőzelek (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Gyümölcsös krémmagjurt (1, 2)*; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;	
EN=268;40kcal FH=12;30g ZS=9;20g SZH=32;10g CK=9;80g SO=0;90g Tzs=4;40g	EN=29;70kcal FH=0;40g ZS=0;00g SZH=6;00g CK=0;00g SO=0;00g Tzs=0;00g	EN=323;20kcal FH=22;30g ZS=10;20g SZH=53;10g CK=6;00g SO=0;40g Tzs=3;50g	EN=275;00kcal FH=7;10g ZS=8;90g SZH=40;20g CK=20;00g SO=0;60g Tzs=4;80g	
Karamellástej (2)*; Sárgabaracklekvár; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Reszelt körte;	Főtt tojás 0,5 (3)*; Reszelt sajt (2)*; Sárgarépafőzelék (1)*; Alma, víz;	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém házi; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Savanyú káposzta (6)*;	
EN=335;70kcal FH=9;60g ZS=14;20g SZH=42;40g CK=20;70g SO=0;80g Tzs=9;10g	EN=36;40kcal FH=0;30g ZS=0;00g SZH=8;40g CK=0;00g SO=0;00g Tzs=0;00g	EN=323;00kcal FH=18;50g ZS=9;20g SZH=38;80g CK=0;30g SO=0;40g Tzs=3;20g	EN=182;20kcal FH=9;30g ZS=4;70g SZH=25;40g CK=5;20g SO=1;50g Tzs=0;20g	

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



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

**Étlap név:**  
**Bölcsöde 'Tipegő'**

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál!

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

	HÉTFŐ 2026.04.13.	KEDD 2026.04.14.	SZERDA 2026.04.15.	CSÜTÖRTÖK 2026.04.16.	PÉNTEK 2026.04.17.
<b>Reggeli</b>	Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Banán, víz;	Banán, víz;	Tej (2,8%) (2)*; Brokkolis zöldépgasztétom; Félbarna kenyér (1)*;	Tejeskávé (1, 2)*; Pápai sonka Tej- Szója-, Lisztmentes; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
<b>Tízórai</b>		Reszelt költe;		Alma, víz;	
<b>Ebéd A</b>	Párolt sertés húsból (darált); Reszelt sajt (2)*; Kaporfőzelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Párolt sertés húsból (darált); Kelkáposzta főzelék (1)*;	Párolt pulykamell (darált); Reszelt sajt (2)*; Vegyesfőzelék (1, 2)*;	Párolt csirkemell (darált); Reszelt sajt (2)*; Almamártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Párolt csirkemell (darált); Reszelt sajt (2)*; Zöldboorsó főzelék (1, 2)*;
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcsstea (gyermek); Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyúborborka;	Csipkebogyótea; Tauris zöldséges felvágott; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Csipkebogyótea; Pritaminos csibemájkrém házi; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Gyümölcsstea (gyermek); Sárgabaracklekvár; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=238,60kcal FH=10,80g ZS=8,80g SZH=28,80g CK=9,40g SO=1,20g TZS=5,40g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=268,20kcal FH=10,20g ZS=10,30g SZH=33,40g CK=9,70g SO=1,20g TZS=3,90g	EN=244,60kcal FH=12,00g ZS=7,70g SZH=31,10g CK=11,10g SO=1,30g TZS=3,40g
	EN=314,10kcal FH=9,80g ZS=14,40g SZH=36,50g CK=14,70g SO=0,80g TZS=9,20g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=308,00kcal FH=24,00g ZS=10,10g SZH=28,00g CK=8,70g SO=0,50g TZS=3,40g	EN=386,80kcal FH=18,60g ZS=8,10g SZH=44,80g CK=19,50g SO=0,30g TZS=2,80g	EN=351,20kcal FH=26,20g ZS=10,10g SZH=36,40g CK=14,30g SO=0,40g TZS=3,60g
	EN=189,70kcal FH=6,50g ZS=4,60g SZH=28,50g CK=5,60g SO=0,80g TZS=1,30g	EN=181,20kcal FH=5,50g ZS=4,60g SZH=29,00g CK=5,60g SO=1,00g TZS=1,40g	EN=176,50kcal FH=7,90g ZS=4,80g SZH=25,60g CK=5,30g SO=0,60g TZS=0,20g	EN=222,00kcal FH=9,00g ZS=7,80g SZH=28,60g CK=6,50g SO=0,90g TZS=4,20g	EN=199,20kcal FH=3,10g ZS=4,90g SZH=34,30g CK=4,80g SO=0,40g TZS=2,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keryégyházi 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 "Típegő"**

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

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.04.20.	Tej (2,8%) (2)*; Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Narancs, víz;	Párolt sertéshús; Kétféres zöldbabfőzelék (1, 2)*; Alma, víz;	Gyümölcsös krémiohajt (1, 2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=247,30kcal FH=11,10g ZS=8,30g SZH=31,90g CK=9,70g SO=1,90g TZS=4,10g	EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=327,90kcal FH=17,20g ZS=13,50g SZH=32,30g CK=8,80g SO=0,20g TZS=1,80g	EN=249,80kcal FH=7,70g ZS=6,40g SZH=39,70g CK=16,70g SO=0,90g TZS=3,40g
<b>KEDD</b> 2026.04.21.	Vanillástej (2,8%) (1, 2)*; Teavaj (2)*; Tejes tonotka (1, 2)*;	Reszelt körte;	Rostos ivólé 100%-os alma; Reszelt sajt (2)*; Párolt sertéshús (darált); Tejszínes cékla-főzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Csipkebogyótea; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=299,70kcal FH=8,00g ZS=14,50g SZH=32,50g CK=19,10g SO=0,40g TZS=9,50g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=373,50kcal FH=21,00g ZS=11,90g SZH=42,90g CK=11,70g SO=0,40g TZS=3,60g	EN=185,80kcal FH=5,50g ZS=6,00g SZH=28,90g CK=5,20g SO=1,30g TZS=3,00g
<b>SZERDA</b> 2026.04.22.	Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Párolt csirkemell (darált); Tejszínes őszibarackmártás (1, 2)*; Burgonya puré 1/2 (2)*;	Csipkebogyótea; Sertéshúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=255,80kcal FH=10,90g ZS=8,80g SZH=33,00g CK=9,70g SO=1,20g TZS=5,20g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=282,70kcal FH=16,30g ZS=5,00g SZH=41,70g CK=17,50g SO=0,10g TZS=1,10g	EN=194,80kcal FH=8,30g ZS=4,80g SZH=28,90g CK=5,80g SO=0,60g TZS=0,00g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.04.23.	Tejeskávé (1, 2)*; Petrezselymes túró (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Barán, víz;	Párolt pulykamell (darált); Reszelt sajt (2)*; Gyökérfőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Gyümölcsstea (gyermek); Zöldfűszeres harosapástón all.mentes (9)*; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=221,20kcal FH=10,30g ZS=6,00g SZH=30,90g CK=11,10g SO=0,80g TZS=2,80g	EN=84,100kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=352,20kcal FH=24,20g ZS=11,10g SZH=38,20g CK=5,30g SO=0,50g TZS=3,50g	EN=185,70kcal FH=5,30g ZS=5,00g SZH=29,10g CK=5,50g SO=0,80g TZS=0,60g
<b>PÉNTEK</b> 2026.04.24.	Tej (2,8%) (2)*; Natur vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Főtt tojás 0,5 (3)*; Reszelt sajt (2)*; Lencsefőzelékpuré (1, 2, 11)*;	Gyümölcsstea (gyermek); Trappistásajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=248,90kcal FH=10,40g ZS=8,30g SZH=32,90g CK=9,70g 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=335,50kcal FH=20,80g ZS=10,30g SZH=36,90g CK=3,20g SO=0,40g TZS=3,20g	EN=219,10kcal FH=9,20g ZS=7,10g SZH=29,10g CK=5,50g SO=1,00g TZS=3,60g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk**



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

**Étlap név:**  
**Bölcsöde "Típegő"**

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

**"Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"**



	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.04.27.	Tej (2,8%) (2)*; Trappistásajti szelet (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Banán, víz;	Párolt pulykamell (darált); Részelt sajt (2)*; Brokkolifőzelék (1, 2)*; Alma, víz;	Gyümölcs tea (gyermek); Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=299,60kcal FH=14,80g ZS=12,60g SZH=31,50g CK=9,70g SÓ=1,20g TZS=7,00g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=321,80kcal FH=25,40g ZS=11,80g SZH=25,80g CK=4,20g SÓ=0,40g TZS=3,80g	EN=163,50kcal FH=5,50g ZS=2,70g SZH=28,80g CK=5,50g SÓ=1,10g TZS=0,70g
<b>KEDD</b> 2026.04.28.	Tej (2,8%) (2)*; Vanília túró (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Részelt köre;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Párolt sertés hú (darált); Részelt sajt (2)*; Südtökfőzelék (1, 2)*;	kefir (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=256,40kcal FH=12,00g ZS=6,00g SZH=33,70g CK=11,20g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=358,90kcal FH=19,20g ZS=13,90g SZH=37,10g CK=17,50g SÓ=0,40g TZS=3,60g	EN=206,60kcal FH=9,00g ZS=7,90g SZH=24,90g CK=6,20g SÓ=0,90g TZS=4,40g
<b>SZERDA</b> 2026.04.29.	Tej (2,8%) (2)*; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Narancs, víz;	Párolt csirkemell (darált); Részelt sajt (2)*; Fejeskáposztafőzelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Csipkebogyó tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=292,10kcal FH=8,70g ZS=12,90g SZH=35,30g CK=11,40g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=350,00kcal FH=22,40g ZS=10,90g SZH=38,60g CK=4,90g SÓ=0,40g TZS=3,70g	EN=168,40kcal FH=5,00g ZS=3,20g SZH=29,40g CK=5,50g SÓ=1,00g TZS=1,80g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.04.30.	Tej (2,8%) (2)*; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Részelt köre;	Párolt sertés hú (darált); Részelt sajt (2)*; Alma-gesztenyemártás (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Gyümölcs tea (gyermek); Párisi krém; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=266,10kcal FH=11,10g ZS=11,50g SZH=29,30g CK=9,40g SÓ=1,50g TZS=6,40g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=375,40kcal FH=18,50g ZS=10,50g SZH=48,90g CK=19,00g SÓ=0,30g TZS=2,70g	EN=181,10kcal FH=5,50g ZS=4,50g SZH=29,30g CK=5,60g SÓ=1,00g TZS=1,30g
<b>PÉNTEK</b> 2026.05.01.				

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



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

**Étlap név:**  
**Bölcsöde "Tipegő"**

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

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

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma, víz Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,30g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma-gesztenyemártás Összetétel: Fagy. alma, Fagy. gesztenye püré, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	182,00kcal	2,90g	1,00g	39,10g	18,90g	0,10g	0,30g
Alma-gesztenyemártás tejszínes Összetétel: Fagy. alma, Fagy. gesztenye püré, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	187,90kcal	3,00g	1,50g	39,30g	18,90g	0,10g	0,60g
Almamártás Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	150,30kcal	2,80g	0,80g	31,60g	18,90g	0,10g	0,30g
Banán, víz Összetétel: Banán	84,00kcal	1,00g	0,00g	19,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Brokkolifőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	175,20kcal	8,20g	5,80g	20,60g	4,20g	0,20g	1,30g
Brokkolis zöldépgpástétom Összetétel: Brokkolis zöldségpástétom 105g	49,40kcal	0,60g	4,30g	2,00g	0,00g	0,40g	0,50g
Burgonya püré 1/2 Összetétel: Burgonya, Liga margarin 70%, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'	67,10kcal	1,90g	1,00g	11,60g	0,60g	0,00g	0,20g
Csipkebogyótea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,60g	5,00g	0,00g	0,00g
Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes' Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	30,20kcal	1,50g	2,60g	0,30g	0,10g	0,30g	0,90g
Csirkemájaskrém 'Tej-, Szója-, Lisztmentes' Összetétel: Csirke májaskrém 30g	39,60kcal	1,70g	3,30g	0,70g	0,00g	0,20g	0,80g
Fejeskáposztafőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	168,80kcal	5,50g	4,20g	26,70g	4,30g	0,20g	1,10g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	106,80kcal	3,60g	0,40g	22,20g	0,50g	0,60g	0,00g
Finom fonott kalács Összetétel: Fonott kalács	132,00kcal	3,00g	2,90g	22,70g	3,80g	0,30g	1,40g
Főtt tojás 0,5 Összetétel: Tojás főzött, tisztított	36,70kcal	2,50g	2,20g	0,20g	0,10g	0,10g	0,70g
Főtt tojás 1/2 Összetétel: Tojás főzött, tisztított	36,70kcal	2,50g	2,20g	0,20g	0,10g	0,10g	0,70g
Gyökérfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	180,30kcal	6,10g	4,90g	28,70g	5,30g	0,30g	1,20g
Gyümölcsös krémmjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémmjoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcs tea (gyermek) Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,60g	5,00g	0,00g	0,00g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Tejföl '12%'	32,90kcal	2,50g	2,00g	1,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Hónapos retek Összetétel: Retek	3,80kcal	0,20g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Jégcsap retek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Kakaó Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'	135,00kcal	6,20g	5,80g	14,30g	14,20g	0,20g	3,50g
Kaporfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kapor, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	180,90kcal	4,00g	7,20g	24,40g	7,40g	0,10g	1,40g
Karamellastej Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'	132,00kcal	6,00g	5,60g	14,20g	14,20g	0,20g	3,40g
Karfiolfőzelék 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
kefir Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Kefíres zöldbabfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kefir, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Vöröshagyma	206,90kcal	6,40g	7,60g	26,90g	8,70g	0,20g	1,60g
Kelkáposzta főzelék 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
Kígyóuborka Összetétel: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Lencsefőzelékpüré Összetétel: Babérlevél, 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 Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Narancs, víz Összetétel: Narancs	28,70kcal	0,40g	0,00g	6,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Natúr vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,40g	2,20g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes' Összetétel: Pápai sonka	24,00kcal	3,40g	1,00g	0,00g	0,00g	0,40g	0,00g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,10g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Parajfőzelék 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 Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd, Delma margarin	42,80kcal	1,50g	4,00g	0,30g	0,10g	0,40g	1,30g
Párolt csirkemáj (darált) Összetétel: Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	72,30kcal	10,00g	2,90g	1,50g	0,00g	0,00g	0,10g
Párolt csirkemell (darált) Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	67,00kcal	11,10g	2,30g	0,20g	0,00g	0,00g	0,20g
Párolt pulykamell (darált) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott'	77,80kcal	13,00g	2,60g	0,20g	0,00g	0,00g	0,10g
Párolt sertéshús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	99,30kcal	10,50g	5,90g	0,50g	0,10g	0,00g	0,20g
Párolt sertéshús (darált) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	99,30kcal	10,50g	5,90g	0,50g	0,10g	0,00g	0,20g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Tojás főzött, tisztított	45,80kcal	2,50g	3,20g	0,20g	0,10g	0,10g	1,00g
Petrezselymes túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Tejföl '12%'	24,60kcal	2,30g	1,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Pritaminos csibemájkrém házi Összetétel: Csirkemáj, Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Só 'jódozott'	57,40kcal	4,00g	4,30g	0,80g	0,10g	0,00g	0,00g
Pulykahúskrém házi Összetétel: Liga margarin 70%, Pulykamell filé, Só 'jódozott'	58,60kcal	5,20g	4,20g	0,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Reszelt körte Összetétel: Körte	36,40kcal	0,30g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Reszelt sajt Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Rostos ivólé 100%-os alma Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100%-os narancs Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	37,00kcal	1,30g	2,80g	1,60g	0,00g	0,40g	1,80g



# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sárgabaracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	24,60kcal	0,00g	0,00g	6,00g	6,00g	0,00g	0,00g
Sárgaborsófőzelékpüré 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
Sárgarépa főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	236,40kcal	5,70g	7,10g	35,20g	11,90g	0,30g	1,40g
Savanyú káposzta Összetétel: Savanyú káposzta	9,40kcal	0,50g	0,10g	1,70g	0,00g	0,90g	0,00g
Sertéshúskrém házi Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,80kcal	4,30g	4,40g	0,60g	0,30g	0,00g	0,00g
Sütőtök főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	198,50kcal	4,70g	4,50g	33,30g	14,30g	0,20g	1,20g
Tauris Toast sonka all.mentes Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	10,50kcal	1,50g	0,30g	0,50g	0,00g	0,40g	0,10g
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	25,80kcal	1,40g	2,10g	0,30g	0,00g	0,30g	0,80g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,00g	8,20g	0,00g	0,00g	0,00g	5,70g
Tej (2,8%) Összetétel: Tej '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g
Tejes fonottka Összetétel: Fonottka 50g	73,80kcal	2,00g	0,70g	14,40g	1,00g	0,20g	0,40g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	107,00kcal	4,70g	4,20g	12,20g	10,90g	0,20g	2,60g
Tejfölös túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Tejföl '12%'	31,60kcal	2,40g	2,00g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Tejszínes céklafőzelék Összetétel: Fagy. alma, Fagy. cékla, Finomliszt BL55, Főzõtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	166,10kcal	5,30g	2,30g	29,90g	8,50g	0,20g	1,20g
Tejszínes őszi barackmártás Összetétel: Fagy. őszi barack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzõtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	148,60kcal	3,30g	1,70g	29,90g	16,90g	0,10g	0,70g
Tejles kiörlésű kenyér Összetétel: Tejles kiörlésű kenyér	89,60kcal	3,50g	0,40g	18,00g	0,20g	0,60g	0,20g
Tört burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,20g	0,20g	9,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Trappistasajt szelet Összetétel: Trappista sajt	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,30g	3,00g

