

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.06.01.	Tej (2,8%) (2)*; Paradicsomos harcsapástétom 'allergénmentes' (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Banán, víz;	Párolt sertés húsból (darált); Főtt tojás 0,5 (3)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Alma, víz;	Gyümölcs tea (gyermek); Lapkasajt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=232,00kcal FH=10,80g ZS=10,60g SZH=28,10g CK=9,40g SÓ=1,90g TZS=4,20g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=351,00kcal FH=19,00g ZS=13,60g SZH=34,60g CK=9,80g SÓ=0,30g TZS=2,20g	EN=233,20kcal FH=10,60g ZS=8,30g SZH=28,70g CK=5,50g SÓ=1,20g TZS=4,40g
<b>KEDD</b> 2026.06.02.	Kakao (2, 4)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Reszelt körte;	Rostos ivóvíz 100%-os alma; Párolt sertés húsból (darált); Részelt sajt (2)*; Sárgarépa főzelék (1, 2)*;	Kefir (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóbuorka;
	EN=248,60kcal FH=10,10g ZS=8,30g SZH=33,20g CK=14,40g SÓ=0,90g TZS=4,30g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=396,80kcal FH=20,20g ZS=16,50g SZH=39,00g CK=15,10g SÓ=0,50g TZS=3,80g	EN=227,50kcal FH=9,40g ZS=8,00g SZH=29,30g CK=6,50g SÓ=0,80g TZS=3,60g
<b>SZERDA</b> 2026.06.03.	Tej (2,8%) (2)*; Tejfőzött túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Banán, víz;	Párolt csirkemell (darált); Részelt sajt (2)*; Alma-gesztenyemarázás tejszínes (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Csipkebogyó tea; Csirkéjő baromfi rúd 'Allergénmentes'; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=250,40kcal FH=12,00g ZS=8,00g SZH=32,20g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=369,10kcal FH=19,90g ZS=8,20g SZH=51,20g CK=19,50g SÓ=0,30g TZS=3,20g	EN=169,30kcal FH=5,40g ZS=5,10g SZH=25,10g CK=5,30g SÓ=1,00g TZS=1,70g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.06.04.	Karamellás tejszínes (2)*; Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Hónapos retek;	Őszibarack, víz;	Párolt csirkemell (darált); Részelt sajt (2)*; Brokkoli főzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Gyümölcsös krémmagur (1, 2)*; Liga margarin; Finom fontott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=289,10kcal FH=11,40g ZS=9,50g SZH=39,00g CK=14,70g SÓ=1,40g TZS=5,60g	EN=28,70kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=336,30kcal FH=24,40g ZS=11,70g SZH=30,10g CK=4,20g SÓ=0,40g TZS=3,70g	EN=275,00kcal FH=7,10g ZS=8,90g SZH=40,20g CK=20,00g SÓ=0,60g TZS=4,80g
<b>PÉNTEK</b> 2026.06.05.	Tej (2,8%) (2)*; Tea vaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Részelt körte;	Főtt tojás 0,5 (3)*; Részelt sajt (2)*; Sárgarépa főzelék püré (1)*; Alma, víz;	Csipkebogyó tea; Pulykahúskrém házi; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=291,10kcal FH=9,60g ZS=14,20g SZH=31,40g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=9,10g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=323,00kcal FH=18,50g ZS=9,20g SZH=38,50g CK=0,30g SÓ=0,40g TZS=3,20g	EN=178,80kcal FH=8,20g ZS=4,70g SZH=24,60g CK=5,20g SÓ=0,60g 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](mailto:mail@suli-host.hu)

Étlap név:

**Bölcsöde "Tipegő"**

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=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Rákkélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek  
Ételeink az összetevők között 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> 2026.06.08.	Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes körlésű kenyér (1)*; EN=238,60kcal FH=10,80g ZS=8,80g SZH=28,80g CK=9,40g SÓ=1,20g TZS=3,40g	Banán, víz; EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Párolt sertéshús (darált); Részelt sajt (2)*; Kaporfőzelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*; EN=394,40kcal FH=20,30g ZS=17,50g SZH=36,60g CK=8,10g SÓ=0,30g TZS=4,00g	Gyümölcs tea (gyermek); Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka; EN=189,70kcal FH=6,50g ZS=4,60g SZH=28,50g CK=5,60g SÓ=0,80g TZS=1,30g
<b>KEDD</b> 2026.06.09.	Kakao (2, 4)*; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=314,10kcal FH=9,80g ZS=14,40g SZH=36,50g CK=14,70g SÓ=0,80g TZS=9,20g	Részelt köre; Banán, víz; EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Párolt pulykamell (darált); Részelt sajt (2)*; Vegyesfőzelék (1, 2)*; EN=338,50kcal FH=16,80g ZS=11,30g SZH=39,90g CK=3,20g SÓ=0,10g TZS=0,70g	Csipkebogyó tea; Taurus zöldséges felvágott; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=181,20kcal FH=5,50g ZS=4,60g SZH=29,00g CK=5,50g SÓ=1,00g TZS=1,40g
<b>SZERDA</b> 2026.06.10.	Tej (2,8%) (2)*; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka; EN=255,30kcal FH=12,40g ZS=8,00g SZH=32,90g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=3,40g	Öszibarack, víz; EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Párolt csirkemáj (darált); Részelt sajt (2)*; Almamártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*; EN=308,00kcal FH=24,00g ZS=10,10g SZH=28,00g CK=8,70g SÓ=0,50g TZS=3,40g	Natur joghurt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka; EN=178,50kcal FH=7,90g ZS=4,80g SZH=25,60g CK=5,50g SÓ=0,60g TZS=0,20g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.06.11.	Tej (2,8%) (2)*; Brokkolis zöldépgpástétom; Félbarna kenyér (1)*; EN=268,20kcal FH=10,20g ZS=10,30g SZH=33,40g CK=9,70g SÓ=1,20g TZS=3,90g	Alma, víz; EN=28,70kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Párolt csirkemell (darált); Részelt sajt (2)*; Zöldborsó főzelék (1, 2)*; EN=356,80kcal FH=18,60g ZS=8,10g SZH=44,80g CK=19,50g SÓ=0,50g TZS=2,80g	Gyümölcs tea (gyermek); Sárgabaracklekvár; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*; EN=221,40kcal FH=9,00g ZS=7,80g SZH=28,70g CK=6,50g SÓ=0,90g TZS=4,20g
<b>PÉNTEK</b> 2026.06.12.	Tejeskávé (1, 2)*; Pápai sonka 'Tej- Szója-, Lisztmentes; Liga margarin; Teljes körlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=244,60kcal FH=12,00g ZS=7,70g SZH=31,10g CK=11,10g SÓ=1,30g TZS=3,40g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Párolt csirkemell (darált); Részelt sajt (2)*; Zöldborsó főzelék (1, 2)*; EN=351,20kcal FH=26,20g ZS=10,10g SZH=36,40g CK=14,30g SÓ=0,40g TZS=3,60g	EN=199,20kcal FH=3,10g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=14,80g SÓ=0,40g TZS=2,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyér-Értéki 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; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Almabogyó; 8=Körömvirág; 9=Hal; 10=Ráktetű; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszeg; 16=Pinasztűk  
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"**

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2026.06.15.	Tej (2,8%) (2)*; Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarra kenyér (1)*; EN=247,30kcal FH=11,10g ZS=8,30g SZH=31,90g CK=9,70g SO=1,30g TZS=4,10g	Ózibarack, víz; EN=28,70kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Párolt sertésbú; Kétféres zöldbabfőzelék (1, 2)*; Alma, víz; EN=227,90kcal FH=17,20g ZS=13,50g SZH=32,30g CK=8,80g SO=0,20g TZS=1,80g	Gyümölcsös krémioghurt (1, 2)*; Liga margarin; Félbarra kenyér (1)*; EN=249,80kcal FH=7,70g ZS=6,40g SZH=39,70g CK=16,70g SO=0,90g TZS=3,40g
<b>KEDD</b> 2026.06.16.	Vaníliastej (2,8%) (1, 2)*; Teavaj (2)*; Félbarra kenyér (1)*; EN=326,70kcal FH=9,60g ZS=14,20g SZH=40,30g CK=18,60g SO=0,80g TZS=9,10g	Reszelt köre; EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Rostos ivólé 100%-os alma; Reszelt sajt (2)*; Párolt sertésbú (darált); Tejszínes céklafőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2; EN=373,50kcal FH=21,00g ZS=11,90g SZH=42,90g CK=11,70g SO=0,40g TZS=3,60g	Csipkebogyótea; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom; EN=185,60kcal FH=5,50g ZS=6,00g SZH=26,90g CK=5,20g SO=1,30g TZS=3,00g
<b>SZERDA</b> 2026.06.17.	Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarra kenyér (1)*; EN=255,80kcal FH=10,90g ZS=8,80g SZH=39,00g CK=9,70g SO=1,20g TZS=5,20g	Alma, víz; EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Párolt csirkemell (darált); Tejszínes ózibarackmártás (1, 2)*; Burgonya püré (2)*; EN=348,80kcal FH=18,40g ZS=6,30g SZH=52,20g CK=18,70g SO=0,20g TZS=1,60g	Csipkebogyótea; Sertésbúkrém házi; Félbarra kenyér (1)*; Kígyóborka; EN=194,80kcal FH=8,30g ZS=4,80g SZH=28,90g CK=5,80g SO=0,60g TZS=0,00g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.06.18.	Tejeskávé (1, 2)*; Petrezselymes túró (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; EN=221,20kcal FH=10,50g ZS=6,00g SZH=30,90g CK=11,10g SO=0,80g TZS=2,80g	Banán, víz; EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Párolt pulykamell (darált); Reszelt sajt (2)*; Karfiolfőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2; EN=334,00kcal FH=24,20g ZS=10,50g SZH=33,10g CK=6,00g SO=0,40g TZS=3,40g	Gyümölcs tea (gyermek); Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarra kenyér (1)*; Paradicsom; EN=187,50kcal FH=5,40g ZS=5,10g SZH=29,80g CK=5,50g SO=0,80g TZS=0,60g
<b>PÉNTEK</b> 2026.06.19.	Tej (2,8%) (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Félbarra kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=248,90kcal FH=10,40g ZS=8,30g SZH=32,90g CK=9,70g SO=0,80g TZS=3,40g	Alma, víz; EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Főtt tojás 0,5 (3)*; Reszelt sajt (2)*; Lencsefőzelékpüré (1, 2, 11)*; EN=335,50kcal FH=20,80g ZS=10,30g SZH=36,90g CK=3,20g SO=0,40g TZS=3,20g	Gyümölcs tea (gyermek); Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarra kenyér (1)*; Paradicsom; EN=219,10kcal FH=9,20g ZS=7,10g SZH=29,10g CK=5,50g SO=1,00g TZS=3,80g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyérutcai 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=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=Ráktélek; 11=Mustár; 12=Szármag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információk a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

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

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2026.06.22.	Tej (2,8%) (2)*; Trappisajt szelét (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; EN=299,60kcal FH=14,80g ZS=12,60g SZH=31,50g CK=9,70g SO=1,20g TZS=7,00g	Banán, víz; EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Párolt pulykamell (darált); Reszelt sajt (2)*; Brokkolifőzelék (1, 2)*; Alma, víz; EN=211,80kcal FH=25,40g ZS=11,80g SZH=25,80g CK=4,20g SO=0,40g TZS=3,60g	Gyümölcs tea (gyermek); Tauris Toast sonka all mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka; EN=163,50kcal FH=5,50g ZS=2,70g SZH=28,80g CK=5,50g SO=1,10g TZS=0,70g
<b>KEDD</b> 2026.06.23.	Tej (2,8%) (2)*; Vaníliaüstör (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=256,40kcal FH=12,00g ZS=8,00g SZH=33,70g CK=11,20g SO=0,80g TZS=3,40g	Reszelt köre; EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Rostos ivólé 100%-os narancs; Párolt sertés húss (darált); Reszelt sajt (2)*; Süttőköfőzelék (1, 2)*; EN=359,90kcal FH=19,20g ZS=13,90g SZH=37,10g CK=17,50g SO=0,40g TZS=3,60g	Kefir (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=206,60kcal FH=9,00g ZS=7,90g SZH=24,90g CK=6,20g SO=0,90g TZS=4,40g
<b>SZERDA</b> 2026.06.24.	Tejeskávé (1, 2)*; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=292,10kcal FH=6,70g ZS=12,90g SZH=35,30g CK=11,40g SO=0,80g TZS=6,30g	Öszibarack, víz; EN=28,70kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Párolt csirkemell (darált); Reszelt sajt (2)*; Fejeskáposztafőzelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*; EN=350,00kcal FH=22,40g ZS=10,50g SZH=38,60g CK=4,90g SO=0,40g TZS=3,70g	Csipkebogyó tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=168,40kcal FH=5,00g ZS=3,20g SZH=29,40g CK=5,50g SO=1,00g TZS=1,80g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.06.25.	Tej (2,8%) (2)*; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; EN=266,10kcal FH=11,10g ZS=11,50g SZH=29,30g CK=9,40g SO=1,50g TZS=6,40g	Reszelt köre; EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Párolt sertés húss (darált); Reszelt sajt (2)*; Alma-gesztenyemártás (1, 2)*; Tört burgonya 1/2; EN=375,40kcal FH=18,50g ZS=10,50g SZH=48,90g CK=19,00g SO=0,30g TZS=2,70g	Gyümölcs tea (gyermek); Párizsiskrém; Félbarna kenyér (1)*; Paracicsom; EN=181,10kcal FH=5,50g ZS=4,50g SZH=29,30g CK=5,60g SO=1,00g TZS=1,30g
<b>PÉNTEK</b> 2026.06.26.	Tej (2,8%) (2)*; Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=279,50kcal FH=12,50g ZS=10,30g SZH=32,50g CK=9,80g SO=1,00g TZS=4,70g	Alma, víz; EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	Párolt csirkemell (darált); Reszelt sajt (2)*; Parajfőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2; EN=341,00kcal FH=21,50g ZS=15,10g SZH=28,30g CK=6,30g SO=0,30g TZS=4,00g	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; EN=217,80kcal FH=8,70g ZS=7,80g SZH=28,20g CK=6,50g SO=0,90g TZS=4,20g

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



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

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított 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=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Funestűk

"Sulli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

Étjeleink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.06.29.	EN=265,90kcal FH=10,20g ZS=8,40g SZH=37,10g CK=14,70g SO=0,80g TZS=3,50g Kakao (2, 4)*; Natúr vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	EN=28,70kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Őszibarack, víz;	EN=361,70kcal FH=19,00g ZS=14,50g SZH=86,70g CK=10,80g SO=0,30g TZS=2,90g Párolt sertéshús (darált); Részelt sajt (2)*; Paradicsom mártás (1, 5)*; Főtt burgonya 1/2;	EN=188,40kcal FH=5,30g ZS=5,10g SZH=29,90g CK=5,50g SO=0,80g TZS=0,60g Csipkebogyótea; Zöldfűszeres harcsapástém all mentes (9)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
<b>KEDD</b> 2026.06.30.	EN=232,20kcal FH=12,20g ZS=7,50g SZH=28,80g CK=9,40g SO=0,80g TZS=3,80g Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes túró (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Részelt köre;	EN=311,20kcal FH=22,20g ZS=9,90g SZH=91,20g CK=11,80g SO=0,50g TZS=3,50g Párolt pulykamell (darált); Részelt sajt (2)*; Tejszínes céklafőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	EN=249,80kcal FH=7,70g ZS=6,40g SZH=39,70g CK=16,70g SO=0,90g TZS=3,40g Gyümölcs tea (gyermek); Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;
<b>SZERDA</b> 2026.07.01.	EN=302,20kcal FH=14,20g ZS=10,40g SZH=37,50g CK=15,00g SO=0,80g TZS=3,40g Karamellás tej (2)*; Sertéshúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=338,00kcal FH=23,40g ZS=8,50g SZH=99,40g CK=8,50g SO=0,40g TZS=3,50g Párolt csirkemell (darált); Részelt sajt (2)*; Vegyes gyümölcsmártás (1, 2)*; Burgonya püré (2)*;	EN=203,70kcal FH=3,70g ZS=8,60g SZH=27,80g CK=5,50g SO=0,60g TZS=3,40g Csipkebogyótea; Csirkeő baromfi rúd 'Allergénmentes'; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.07.02.	EN=238,60kcal FH=10,80g ZS=8,80g SZH=28,80g CK=9,40g SO=1,20g TZS=5,40g Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Részelt köre;	EN=416,90kcal FH=22,80g ZS=9,00g SZH=57,70g CK=21,20g SO=0,40g TZS=3,50g Főtt tojás 0,5 (3)*; Részelt sajt (2)*; Sárgaborsó-főzelékpüré (1)*; Alma, víz;	EN=186,50kcal FH=5,50g ZS=5,10g SZH=29,30g CK=5,60g SO=1,00g TZS=1,50g Gyümölcs tea (gyermek); Csibemájkrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
<b>PÉNTEK</b> 2026.07.03.	EN=314,60kcal FH=16,10g ZS=13,80g SZH=31,40g CK=9,70g SO=1,40g TZS=7,80g Tej (2,8%) (2)*; Lapkasajt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Részelt köre;	EN=323,00kcal FH=18,50g ZS=9,20g SZH=38,50g CK=0,30g SO=0,40g TZS=3,20g Főtt tojás 0,5 (3)*; Részelt sajt (2)*; Sárgaborsó-főzelékpüré (1)*; Alma, víz;	EN=196,00kcal FH=8,20g ZS=4,80g SZH=29,70g CK=5,70g SO=0,80g TZS=0,00g Gyümölcs tea (gyermek); Csibemájkrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;

**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:**  
**Bölcsöde 'Tipegő'**

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

**"Suli-Host Étkeztelési Rendszer 3.0"**

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-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 puré, 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 puré, 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 zöldségpástétom Összetétel: Brokkolis zöldségpástétom 105g	49,40kcal	0,60g	4,30g	2,00g	0,00g	0,40g	0,50g
Burgonya puré Összetétel: Burgonya, Liga margarin 70%, Só 'jódozott, főzvíz', Tej '2,8%'	133,20kcal	4,00g	2,30g	22,10g	1,80g	0,10g	0,70g
Burgonya puré 1/2 Összetétel: Burgonya, Liga margarin 70%, Só 'jódozott, főzvíz', 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
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 burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzvíz'	47,00kcal	1,20g	0,20g	9,20g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Főtt tojás 1/2 Összetétel: Tojás főzött, tisztított	36,70kcal	2,50g	2,20g	0,20g	0,10g	0,10g	0,70g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcsös krémsajoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Gyümölcsstea (gyermek) Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,60g	5,00g	0,00g	0,00g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros 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
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
Karamellás tej 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
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,80kcal	6,50g	5,80g	0,00g	0,00g	0,50g	3,80g
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
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: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Őszibarack, víz Összetétel: Őszibarack	28,70kcal	0,50g	0,00g	6,30g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Paradicsom mártás 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 narcsapástetom 'allergénmentes' Összetétel: Paradicsomos halpástétom	50,40kcal	1,30g	4,60g	0,90g	0,00g	0,20g	0,60g
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 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% őszibarack Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Tipegő'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rostos ivólé 100%-os alma Összetétel: Gyümölcsle sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100%-os narancs Összetétel: Gyümölcsle 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
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
Sertéshúskrém házi Összetétel: Fagy. piritamin 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
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, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	166,10kcal	5,30g	2,30g	29,90g	8,50g	0,20g	1,20g
Tejszínes őszibarackmártás 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
Tejjes kiórlésű kenyér Összetétel: Tejjes kiórlésű kenyér	89,60kcal	3,50g	0,40g	18,00g	0,20g	0,60g	0,20g
Tökfőzelék Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kapor, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	193,30kcal	5,70g	5,50g	29,00g	9,60g	0,20g	1,30g

