

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2023.09.25.	EN=182,68kcal FH=4,47g ZS=6,37g SZH=26,17g CK=5,17g SO=0,96g TZS=1,76g Csipkebogyótea; Csirkéjő baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Banán, víz;	EN=383,39kcal FH=16,48g ZS=8,44g SZH=54,39g CK=11,70g SO=0,35g TZS=0,80g Párolt csirkemell; Sárgarépafozozelék 'tejmentes'; Burgonya püre 'tejmentes';	EN=199,61kcal FH=3,27g ZS=3,88g SZH=27,07g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,98g Csipkebogyótea; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Paracscsom;
<b>KEDD</b> 2023.09.26.	EN=227,68kcal FH=5,95g ZS=9,53g SZH=28,56g CK=5,14g SO=0,95g TZS=1,99g Gyümölcs tea (gyermek); Harcaspástétom zöldsűzeres (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g 'B' Almapüre 100g ; Alma, víz;	EN=324,72kcal FH=14,16g ZS=11,81g SZH=40,54g CK=4,21g SO=0,17g TZS=0,75g Párolt csirkemell; Karfioltözelék 'tejmentes'; Burgonya püre 'tejmentes';	EN=176,71kcal FH=6,42g ZS=4,87g SZH=25,87g CK=5,08g SO=0,99g TZS=0,98g Rostos ivólé 100% alma; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>SZERDA</b> 2023.09.27.	EN=179,22kcal FH=6,37g ZS=4,52g SZH=27,39g CK=5,18g SO=0,62g TZS=0,16g Gyümölcs tea (gyermek); Sonkakrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	EN=52,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=1,30g CK=10,00g SO=0,00g TZS=0,10g Alma, víz;	EN=324,72kcal FH=18,82g ZS=8,92g SZH=39,57g CK=4,14g SO=0,30g TZS=0,85g Párolt pulykamell; Meggy mártás tej-liszmentes; Főtt burgonya;	EN=233,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=30,47g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,98g Csipkebogyótea; Bebo mini - méz; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.09.28.	EN=159,08kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,43g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,46g Rostos ivólé 100% alma; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=248,18kcal FH=15,99g ZS=3,09g SZH=37,16g CK=18,65g SO=0,14g TZS=0,10g Párolt csirkemell; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Burgonya püre 'tejmentes';	EN=212,71kcal FH=2,97g ZS=3,82g SZH=42,35g CK=21,50g SO=0,59g TZS=0,98g Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
<b>PÉNTEK</b> 2023.09.29.	EN=239,90kcal FH=5,38g ZS=4,28g SZH=31,37g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=375,23kcal FH=24,33g ZS=5,82g SZH=62,65g CK=10,50g SO=0,20g TZS=0,56g	EN=179,86kcal FH=6,15g ZS=4,50g SZH=25,95g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,98g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk**



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

**Étlap név:**

**2200A1 Tejmentes 'Típegő'**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid;  
14=Csilagfűrt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek

**"Suli-Host Étkészítési Rendszer 3.0"**

	REGGELI	TÍZÓRAI	EBÉD A	UZSONNA
<b>HÉTFŐ</b> 2023.10.02.	Gyümölcsstea (gyermek); Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Almamártás 'tejmentes'; Pírtott kukoricadarab;	Csipkebogyótea; Kaporos pulykahúskrém liga margarinral; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;
	EN=215,48kcal FH=2,98g ZS=3,82g SZH=40,89g CK=5,18g SO=0,56g TZS=0,89g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=332,55kcal FH=16,47g ZS=5,19g SZH=52,95g CK=20,20g SO=0,15g TZS=0,40g	EN=164,82kcal FH=8,57g ZS=2,04g SZH=27,17g CK=5,39g SO=0,63g TZS=0,45g
<b>KEDD</b> 2023.10.03.	Csipkebogyótea; Csibehúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Karalábéfozélék 'tejmentes'; Burgonya püre 'tejmentes';	Gyümölcsstea (gyermek); Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=184,23kcal FH=8,21g ZS=4,75g SZH=26,49g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=351,73kcal FH=17,81g ZS=6,72g SZH=47,78g CK=11,73g SO=0,32g TZS=0,82g	EN=183,19kcal FH=4,48g ZS=6,37g SZH=26,19g CK=5,17g SO=0,88g TZS=1,79g
<b>SZERDA</b> 2023.10.04.	Postos ivólé 100% alma; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Párolt halfilé 'darált' (9)*; Kaporos cukkinifozélék tejliszmentes; Burgonya püre 'tejmentes';	Gyümölcsstea (gyermek); Bebo mini-méz; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=253,05kcal FH=8,50g ZS=4,59g SZH=30,78g CK=0,08g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,35g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=289,87kcal FH=11,65g ZS=4,64g SZH=49,29g CK=3,00g SO=0,75g TZS=0,35g	EN=212,99kcal FH=2,98g ZS=3,82g SZH=42,37g CK=21,50g SO=0,56g TZS=0,86g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.10.05.	Csipkebogyótea; Sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Párolt körte;	Párolt sertéshús 'darált'; Céklafozélék 'tejmentes'; Főtt burgonya;	Csipkebogyótea; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=190,81kcal FH=7,58g ZS=5,48g SZH=26,98g CK=5,35g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=36,40kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=376,46kcal FH=15,04g ZS=14,77g SZH=43,42g CK=8,20g SO=0,17g TZS=1,10g	EN=166,71kcal FH=5,03g ZS=4,17g SZH=26,54g CK=5,08g SO=1,06g TZS=0,99g
<b>PÉNTEK</b> 2023.10.06.	Csipkebogyótea; Sonkakerém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Kelkáposztafozélék tejliszmentes; Banán, víz;	Rostos ivólé 100% alma; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=154,21kcal FH=6,45g ZS=2,37g SZH=25,89g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=424,99kcal FH=17,03g ZS=18,95g SZH=54,96g CK=0,00g SO=0,21g TZS=1,00g	EN=225,90kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=30,70g CK=0,08g SO=0,56g TZS=0,86g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk**



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

Étlap név:

2200A1 Tejmentes 'Típegő'

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=Szóját; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid;  
14=Csilagfűt; 15=Edesfűszer; 16=Puhatestűk

"Sulli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

HÉTFO 2023.10.09.	KEDD 2023.10.10.	SZERDA 2023.10.11.	CSÜTÖRTÖK 2023.10.12.	PÉNTEK 2023.10.13.
<p>Gyümölcs tea (gyermek); Harcapástétom paradicsomos (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>EN=222,28kcal FH=5,65g ZS=9,47g SZH=27,78g CK=5,14g SO=0,95g TZS=1,39g</p>	<p>Körtepüré;</p> <p>Alma, víz;</p> <p>EN=36,40kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p>	<p>Csipkebogyó tea; Pulykahúskrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p> <p>Banán, víz;</p> <p>EN=185,88kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g</p>	<p>Gyümölcs tea (gyermek); Sontakrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;</p> <p>Alma, víz;</p> <p>EN=158,08kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,43g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,46g</p>	<p>Csipkebogyó tea; Pápai sonka Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>EN=176,71kcal FH=6,42g ZS=4,87g SZH=25,87g CK=5,08g SO=0,99g TZS=0,86g</p>
<p>Párolt csirkemell; Tökfőzelék tej-, lisztmentes'; Tört burgonya;</p> <p>EN=282,06kcal FH=16,92g ZS=6,00g SZH=37,85g CK=7,39g SO=0,20g TZS=0,64g</p>	<p>Párolt csirkemell; Ószi barack mártás 'tejmentes'; Pirított kukoricadara;</p> <p>EN=332,45kcal FH=19,27g ZS=6,98g SZH=43,60g CK=8,00g SO=0,24g TZS=0,50g</p>	<p>Párolt csirkemell; Ószi barack mártás 'tejmentes'; Pirított kukoricadara;</p> <p>EN=311,44kcal FH=16,09g ZS=6,03g SZH=43,11g CK=18,80g SO=0,28g TZS=0,70g</p>	<p>Párolt csirkemell; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Banán, víz;</p> <p>EN=351,34kcal FH=14,20g ZS=9,36g SZH=49,60g CK=19,60g SO=0,15g TZS=0,53g</p>	<p>Párolt csirkemell; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Banán, víz;</p> <p>EN=417,44kcal FH=18,51g ZS=8,56g SZH=62,60g CK=0,17g SO=0,15g TZS=0,80g</p>
<p>Csipkebogyó tea; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;</p> <p>EN=183,46kcal FH=8,45g ZS=4,59g SZH=26,46g CK=5,08g SO=0,59g TZS=0,16g</p>	<p>Rostos ivólé 100% narancs; Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;</p> <p>EN=257,33kcal FH=7,53g ZS=5,48g SZH=30,74g CK=0,26g SO=0,59g TZS=0,16g</p>	<p>Gyümölcs tea (gyermek); Csirkeő baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>EN=183,19kcal FH=4,48g ZS=6,37g SZH=26,19g CK=5,17g SO=0,86g TZS=1,76g</p>	<p>Postos ivólé 100% alma; Pulykasült 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>EN=282,94kcal FH=9,44g ZS=5,59g SZH=29,90g CK=0,08g SO=0,59g TZS=0,96g</p>	<p>Gyümölcs tea (gyermek); Sertéshúskrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p> <p>EN=193,48kcal FH=7,62g ZS=5,54g SZH=27,41g CK=5,35g SO=0,59g TZS=0,16g</p>

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



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

**Étlap név:**

**2200A1 Tejmentes 'Tipegő'**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír;  
(\*) Allergének: 1=Gluten; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;  
14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek

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

	HÉTFŐ 2023.10.16.	KEDD 2023.10.17.	SZERDA 2023.10.18.	CSÜTÖRTÖK 2023.10.19.	PÉNTEK 2023.10.20.
<b>Reggeli</b>	Csipkebogyótea; Harcsapástétom zöldfűszeres (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;				
<b>Tízórai</b>	Alma, víz;	Alma, víz;	Alma-körtepuhé 100g ;	Banán, víz;	Alma, víz;
<b>Ebéd A</b>	Párolt csirkemell; Kelkáposztafőzelék tejlisztmentes; Tört burgonya;	Párolt csirkemell; Alma-fehérrepatőzselék 'tejmentes'; Burgonya puré 'tejmentes';	Párolt sertés húss 'darált'; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Burgonya puré 'tejmentes';	Párolt csirkemell; Karfiolfőzelék 'tejmentes'; Tört burgonya; Alma, víz;	Párolt csirkemell; Alma-cékiafőzelék 'tejmentes'; Burgonya puré 'tejmentes';
<b>Uzsonna</b>	Gyümölcs tea (gyermek); Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csipkebogyótea; Csibemájskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Gyümölcs tea (gyermek); Csibehúskrém ligával 'gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Csipkebogyótea; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Rostos ivólé 100% narancs; Tauris zöldes felvágott; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=225,01kcal FH=5,88g ZS=9,47g SZH=28,15g CK=5,14g SO=0,95g TZS=1,39g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=366,51kcal FH=18,15g ZS=8,67g SZH=52,02g CK=10,50g SO=0,32g TZS=0,65g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=148,31kcal FH=6,74g ZS=1,47g SZH=28,22g CK=5,20g SO=0,63g TZS=0,46g
	EN=160,48kcal FH=6,81g ZS=2,46g SZH=26,82g CK=5,11g SO=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=53,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=11,50g SO=0,00g TZS=0,00g	EN=164,23kcal FH=4,80g ZS=3,90g SZH=26,73g CK=5,20g SO=0,90g TZS=1,38g	
	EN=200,41kcal FH=6,56g ZS=6,89g SZH=27,34g CK=5,08g SO=0,92g TZS=1,81g	EN=327,73kcal FH=17,38g ZS=6,92g SZH=46,02g CK=10,70g SO=0,22g TZS=0,50g	EN=425,60kcal FH=22,48g ZS=12,13g SZH=52,60g CK=10,50g SO=0,20g TZS=0,85g	EN=319,92kcal FH=18,42g ZS=8,80g SZH=39,27g CK=4,14g SO=0,29g TZS=0,85g	EN=251,70kcal FH=4,75g ZS=5,99g SZH=31,02g CK=0,11g SO=0,89g TZS=1,64g
	EN=186,96kcal FH=8,28g ZS=4,81g SZH=26,89g CK=5,09g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=181,66kcal FH=4,92g ZS=6,07g SZH=26,09g CK=5,11g SO=0,81g TZS=1,67g	EN=186,96kcal FH=8,28g ZS=4,81g SZH=26,89g CK=5,09g SO=0,59g TZS=0,16g	EN=181,66kcal FH=4,92g ZS=6,07g SZH=26,09g CK=5,11g SO=0,81g TZS=1,67g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó étvágyat kívánunk**



**SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015

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

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=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűk

"Sull-Host Étkészítési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2023.10.23.	Csipekbogyótea; Sertéssült 'diéta'; Bebó margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Zöldbabfőzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcs tea (gyermek); Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
<b>KEDD</b> 2023.10.24.	Gyümölcs tea (gyermek); Harcapástetom paradicsomos (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyló uborka;	Alma, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Brokkolifőzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes'; Rostos ivólé 100% alma;	Gyümölcs tea (gyermek); Csikejő baromfi fűd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>SZERDA</b> 2023.10.25.	Csipekbogyótea; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Párolt csirkemell; Sárgarépa főzelék 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcs tea (gyermek); Kapros sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.10.26.	Gyümölcs tea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Paradicsom;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Almamártás 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Postos ivólé 100% alma; Bebo mini - méz; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
<b>PÉNTEK</b> 2023.10.27.	Csipekbogyótea; Párizs krém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Karalábefőzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Gyümölcs tea (gyermek); Szárnyashuspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;



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

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só; Tzs=Telített zsírsav;  
(\*) Allergének: 1=Glütén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;  
14=Csilagfű; 15=Édesfűszeg; 16=Pinatesűtő

"Suli-Host Étkészítési  
Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2023.10.30.	Csipebogyótea; Csibemájaskrém; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma-összibarackpüré 100g;	Párolt sertéshús 'darált'; Sütióktőzselék 'tejmentes'; Főtt burgonya; Alma;	Gyümölcs tea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=206,41kcal FH=6,72g ZS=6,98g SZH=28,24g CK=5,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	EN=53,70kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=10,40g SÓ=0,00g TZS=0,01g	EN=372,45kcal FH=14,73g ZS=12,15g SZH=47,48g CK=17,50g SÓ=0,32g TZS=0,90g	EN=166,98kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g
<b>KEDD</b> 2023.10.31.	Postos ivólé 100% alma; Sonkakrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Mexikói főzselék 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcs tea (gyermek); Zöldszéges csirkeshúskrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=225,00kcal FH=6,74g ZS=2,40g SZH=30,34g CK=0,10g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=312,12kcal FH=19,80g ZS=5,57g SZH=42,78g CK=7,38g SÓ=0,39g TZS=0,35g	EN=174,79kcal FH=7,92g ZS=4,02g SZH=25,99g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>SZERDA</b> 2023.11.01.	Csipebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Zöldborsófőzselék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Gyümölcs tea (gyermek); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=185,88kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=425,60kcal FH=22,48g ZS=12,13g SZH=52,60g CK=10,50g SÓ=0,20g TZS=0,85g	EN=166,98kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.11.02.	Csipebogyótea; Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Banán, víz;	Párolt halifilé 'darált' (9)*; Zöldbabfőzselék 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcs tea (gyermek); Csibemájaskrém; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=157,81kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,40g CK=5,11g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=241,64kcal FH=12,23g ZS=4,40g SZH=35,68g CK=4,30g SÓ=0,69g TZS=0,42g	EN=200,88kcal FH=6,37g ZS=6,89g SZH=27,36g CK=5,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g
<b>PÉNTEK</b> 2023.11.03.	Gyümölcs tea (gyermek); Bebo margarin 10g; Tauris zöldszéges felvágott; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Sütiókpüré 100g;	Párolt csirkemell; Vadasmártás 'tejmentes' (5)*; Burgonya püré 'tejmentes';	Rosios ivólé 100% narancs; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=178,78kcal FH=4,41g ZS=5,90g SZH=26,22g CK=5,11g SÓ=0,89g TZS=1,64g	EN=55,00kcal FH=1,30g ZS=0,10g SZH=10,70g CK=7,90g SÓ=0,01g TZS=0,00g	EN=285,32kcal FH=17,80g ZS=3,36g SZH=43,71g CK=9,10g SÓ=0,32g TZS=0,27g	EN=225,90kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=30,70g CK=0,08g SÓ=0,59g TZS=0,89g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó élményeket kívánunk**



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

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

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

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehéjje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid;

14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűk

**"Sulli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"**

# Étlap melléklet

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

Étlap: 2200A1 Tejmentes 'Tipegő'

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma-őszibarackpüré 100g Összetétel: Püré 'Alma-őszibarack' 100g	53,70kcal	0,30g	0,10g	12,10g	10,40g	0,00g	0,01g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma, víz Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma-céklafölétel Tejmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. cékla, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott'	176,44kcal	2,51g	4,03g	31,43g	10,70g	0,15g	0,40g
Alma-fehérrépafölétel 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. gyökér, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	215,23kcal	3,28g	5,78g	37,43g	10,50g	0,25g	0,55g
Alma-körte püré 100g Összetétel: Alma-körte püré	53,00kcal	0,30g	0,10g	12,10g	11,50g	0,00g	0,00g
Almamártás 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	172,39kcal	2,12g	0,41g	38,70g	20,20g	0,04g	0,00g
Banán, víz Összetétel: Banán	84,00kcal	1,04g	0,00g	19,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bebo mini - méz Összetétel: Bebo mini margarin, Miniméz 20g	91,50kcal	0,00g	3,50g	16,48g	16,42g	0,00g	0,70g
Brokkolifölétel 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fokhagyma, Köménymag, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	185,08kcal	7,69g	6,42g	21,75g	2,55g	0,30g	0,66g
Burgonya püré 'tejmentes' Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott, főzővíz'	73,50kcal	1,93g	0,28g	14,40g	0,00g	0,01g	0,00g
Burgonyafölétel 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	260,86kcal	5,12g	6,22g	42,99g	0,17g	0,10g	0,60g
Céklafölétel 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. cékla, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,52kcal	3,30g	5,97g	34,02g	8,20g	0,10g	0,60g
Csibehúskrém ligával Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Só 'jódozott'	59,42kcal	4,94g	4,40g	0,10g	0,00g	0,03g	0,00g
Csibehúskrém ligával 'gluténmentes' Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	59,48kcal	4,94g	4,40g	0,10g	0,00g	0,03g	0,00g
Csibemájaskrém Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csipkebogyótea Összetétel: Citrom, Kristálycukor, Tea filteres	20,81kcal	0,01g	0,00g	5,07g	5,00g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 2200A1 Tejmentes 'Típegő'

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes' Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	30,15kcal	1,50g	2,55g	0,30g	0,09g	0,30g	0,90g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,25g	0,15g	9,20g	0,00g	0,01g	0,00g
Gyümölcs tea (gyermek) Összetétel: Citrom, Kristálycukor, Tea filteres	21,08kcal	0,02g	0,00g	5,09g	5,00g	0,00g	0,00g
Harcapástétom paradicsomos Összetétel: Paradicsomos harcapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Harcapástétom zöldfűszeres Összetétel: Zöldfűszeres harcapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Kapros cukkinifőzelék tej, lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. cukkini, Kapor, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	183,83kcal	4,23g	3,20g	33,88g	3,00g	0,19g	0,25g
Kapros pulykahúskrém liga margarinnal Összetétel: Fagy. sárgarépa, Kapor, Liga margarin, Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	40,01kcal	5,30g	1,69g	0,79g	0,31g	0,07g	0,30g
Kapros sertéshúskrém ligával Összetétel: Kapor, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott'	69,65kcal	4,20g	5,82g	0,09g	0,00g	0,03g	0,00g
Karalábefőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karalábé, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	205,65kcal	3,54g	6,10g	33,13g	11,74g	0,25g	0,62g
Karfiolfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	178,64kcal	4,54g	6,31g	24,92g	4,14g	0,23g	0,65g
Karottás csirkehúskrém ligával Összetétel: Csirkemell filé, Fagy. sárgarépa, Liga margarin, Só 'jódozott'	27,10kcal	3,77g	1,15g	0,35g	0,12g	0,07g	0,30g
Kelkáposztafőzelék tej, lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,15g	0,50g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kigyó uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Körte püré Összetétel: Körte	36,40kcal	0,28g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Mexikói főzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott'	187,33kcal	5,60g	3,10g	33,38g	7,38g	0,27g	0,25g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Őszibarack mártás 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. őszibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	151,28kcal	1,74g	3,25g	28,86g	18,80g	0,16g	0,30g



## Étlap melléklet

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

Étlap: 2200A1 Tejmentes 'Tipegő'

Időszak: 2023.10.01.-tól 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lízimentes' Összetétel: Pápai sonka	24,00kcal	3,45g	1,05g	0,00g	0,00g	0,44g	0,00g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Párizsikrém ligával Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd, Liga margarin	39,15kcal	1,53g	3,55g	0,33g	0,12g	0,34g	1,20g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	72,58kcal	12,35g	2,34g	0,25g	0,00g	0,06g	0,20g
Párolt halfilé 'darált' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	32,54kcal	5,50g	1,17g	0,00g	0,00g	0,55g	0,10g
Párolt körte Összetétel: Körte	36,40kcal	0,28g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Párolt pulykamell Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott'	77,79kcal	12,95g	2,62g	0,20g	0,00g	0,06g	0,10g
Párolt sertéshús 'darált' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott'	122,95kcal	10,50g	8,65g	0,20g	0,00g	0,06g	0,50g
Pírított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	87,58kcal	2,00g	2,44g	14,00g	0,00g	0,06g	0,20g
Pritaminos petrezselymes serteshuskrém ligával Összetétel: Fagy. pritamín paprika, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	65,33kcal	4,27g	5,13g	0,43g	0,18g	0,03g	0,00g
Pulykahúskrém ligával Összetétel: Liga margarin 70%, Pulykamell filé, Só 'jódozott'	58,65kcal	5,18g	4,18g	0,08g	0,00g	0,03g	0,00g
Pulykásült 'diéta' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pulykamell filé, Só 'jódozott'	43,04kcal	6,48g	1,77g	0,10g	0,00g	0,03g	0,10g
Rostos ivólé 100% alma Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100% narancs Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sárgarépa főzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	237,32kcal	4,21g	5,83g	39,74g	11,70g	0,28g	0,60g
Sertéshúskrém ligával Összetétel: Fagy. pritamín paprika, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	66,00kcal	4,29g	5,13g	0,62g	0,27g	0,03g	0,00g
Sertéssült 'diéta' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	51,19kcal	5,33g	2,95g	0,54g	0,23g	0,03g	0,10g
Sonkakrém ligával Összetétel: Liga márgarin, Pápai sonka	33,00kcal	3,48g	2,05g	0,03g	0,03g	0,48g	0,30g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 2200A1 Tejmentes 'Típegó'**

**Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sóskafehérelék 'tejmentes' Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. sóska, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	181,16kcal	4,40g	4,08g	29,00g	8,00g	0,17g	0,40g
Sütőkfehérelék 'tejmentes' Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. sütők, Fahéj, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	180,80kcal	2,70g	3,35g	33,16g	17,50g	0,25g	0,40g
Sütőkös almamártás 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Fagy. sütők, Fahéj, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	181,39kcal	2,45g	0,56g	40,20g	19,60g	0,07g	0,03g
Szárnyashúspástétom ligával Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Só 'jódozott', Vöröshagyma	54,44kcal	4,97g	3,70g	0,38g	0,13g	0,03g	0,00g
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	25,80kcal	1,43g	2,08g	0,32g	0,03g	0,33g	0,78g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tökfőzelék 'tej-, lisztmentes' Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	162,48kcal	3,32g	3,51g	28,40g	7,33g	0,14g	0,44g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,25g	0,15g	9,20g	0,00g	0,01g	0,00g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	28,95kcal	1,95g	2,25g	0,23g	0,03g	0,25g	0,81g
Zöldbabfehérelék 'tejmentes' Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	162,10kcal	5,48g	3,08g	26,48g	4,30g	0,13g	0,33g
Zöldborsófehérelék 'tejmentes' Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	229,15kcal	10,06g	3,20g	38,00g	10,50g	0,13g	0,36g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges csirkehúskrém ligával Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	53,31kcal	4,94g	3,70g	0,10g	0,00g	0,03g	0,00g