

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;			Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;			Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
HÉTFŐ 2026.02.02.			Ovoda: EN=156,40kcal FH=3,40g ZS=3,90g SZH=26,70g CK=5,10g SÓ=0,60g TZS=0,90g			Ovoda: EN=179,60kcal FH=6,40g ZS=6,90g SZH=22,30g CK=0,10g SÓ=1,00g TZS=1,80g		
Iskola: EN=195,70kcal FH=4,30g ZS=4,10g SZH=34,60g CK=7,10g SÓ=0,70g TZS=0,90g			Iskola: EN=629,70kcal FH=22,10g ZS=13,80g SZH=101,70g CK=16,30g SÓ=1,40g TZS=1,00g			Iskola: EN=204,70kcal FH=7,10g ZS=7,00g SZH=27,50g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=1,80g		
Kisiskola: EN=256,00kcal FH=5,90g ZS=4,30g SZH=47,30g CK=9,20g SÓ=1,00g TZS=1,00g			Kisiskola: EN=774,60kcal FH=29,00g ZS=16,20g SZH=124,80g CK=20,60g SÓ=1,70g TZS=1,10g			Kisiskola: EN=334,10kcal FH=12,00g ZS=13,70g SZH=39,30g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=3,60g		
KEDD 2026.02.03.			Ovoda: EN=525,30kcal FH=17,20g ZS=22,10g SZH=60,60g CK=6,30g SÓ=0,10g TZS=0,90g			Ovoda: EN=167,50kcal FH=7,60g ZS=5,20g SZH=21,30g CK=0,10g SÓ=1,20g TZS=0,90g		
Iskola: EN=403,00kcal FH=6,30g ZS=8,00g SZH=75,40g CK=17,60g SÓ=0,60g TZS=1,10g			Iskola: EN=690,70kcal FH=23,00g ZS=30,30g SZH=76,80g CK=6,80g SÓ=0,30g TZS=1,20g			Iskola: EN=227,00kcal FH=13,40g ZS=6,70g SZH=26,80g CK=0,10g SÓ=1,90g TZS=0,90g		
Kisiskola: EN=495,50kcal FH=6,80g ZS=8,50g SZH=96,40g CK=30,90g SÓ=0,70g TZS=1,10g			Kisiskola: EN=866,90kcal FH=30,60g ZS=38,80g SZH=92,30g CK=10,10g SÓ=0,30g TZS=1,60g			Kisiskola: EN=294,40kcal FH=17,30g ZS=7,70g SZH=37,40g CK=0,10g SÓ=2,40g TZS=1,00g		
SZERDA 2026.02.04.			Ovoda: EN=512,80kcal FH=25,90g ZS=14,10g SZH=65,20g CK=3,80g SÓ=1,00g TZS=0,90g			Ovoda: EN=202,70kcal FH=5,70g ZS=10,50g SZH=21,00g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=3,70g		
Iskola: EN=272,50kcal FH=4,80g ZS=4,10g SZH=40,00g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g			Iskola: EN=646,80kcal FH=32,20g ZS=19,20g SZH=97,09g CK=4,60g SÓ=1,70g TZS=1,30g			Iskola: EN=275,00kcal FH=8,20g ZS=15,00g SZH=26,20g CK=0,10g SÓ=1,50g TZS=5,50g		
Kisiskola: EN=274,50kcal FH=5,00g ZS=4,10g SZH=40,30g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g			Kisiskola: EN=772,30kcal FH=36,80g ZS=22,60g SZH=97,70g CK=5,20g SÓ=2,00g TZS=1,60g			Kisiskola: EN=325,20kcal FH=9,70g ZS=15,20g SZH=36,60g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=5,60g		
CSÜTÖRTÖK 2026.02.05.			Ovoda: EN=481,60kcal FH=25,80g ZS=12,10g SZH=64,40g CK=1,20g SÓ=1,10g TZS=0,90g			Ovoda: EN=145,90kcal FH=6,90g ZS=8,50g SZH=21,50g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=1,00g		
Iskola: EN=604,70kcal FH=32,10g ZS=16,30g SZH=79,00g CK=1,40g SÓ=1,50g TZS=1,30g			Iskola: EN=736,00kcal FH=36,90g ZS=19,60g SZH=98,80g CK=1,50g SÓ=2,00g TZS=1,70g			Iskola: EN=185,00kcal FH=7,80g ZS=4,60g SZH=27,30g CK=0,10g SÓ=1,70g TZS=1,20g		
Kisiskola: EN=258,00kcal FH=4,60g ZS=4,00g SZH=37,40g CK=9,20g SÓ=0,60g TZS=0,90g			Kisiskola: EN=736,00kcal FH=36,90g ZS=19,60g SZH=98,80g CK=1,50g SÓ=2,00g TZS=1,70g			Kisiskola: EN=242,20kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=38,10g CK=0,10g SÓ=2,20g TZS=1,30g		
PÉNTEK 2026.02.06.			Ovoda: EN=602,30kcal FH=23,10g ZS=24,10g SZH=74,50g CK=7,20g SÓ=0,40g TZS=2,10g			Ovoda: EN=243,20kcal FH=6,90g ZS=8,50g SZH=31,30g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,40g		
Iskola: EN=772,00kcal FH=29,30g ZS=30,00g SZH=93,70g CK=8,70g SÓ=0,50g TZS=2,60g			Iskola: EN=903,40kcal FH=33,40g ZS=34,00g SZH=113,20g CK=10,10g SÓ=0,60g TZS=2,90g			Iskola: EN=243,20kcal FH=6,90g ZS=8,50g SZH=31,30g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,40g		
Kisiskola: EN=343,40kcal FH=9,50g ZS=18,60g SZH=33,00g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=2,70g			Kisiskola: EN=343,40kcal FH=9,50g ZS=18,60g SZH=33,00g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=2,70g			Kisiskola: EN=343,40kcal FH=9,50g ZS=18,60g SZH=33,00g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=2,70g		
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk			SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szegeád, Kertvárföldi út 4. Tel.: +36-62-542-015; Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu			Étlap név: 0200A1 Tej-, Tejemlékmentes		
Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír;			Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegeád OVI (www.ovi.szegeadvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussáétól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)			Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0		
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tójás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Haj; 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagúrt; 15=Édesítőszer; 16=Fuhatételek								

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea citrusos; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Meggyleves 'Liszt, tejmentes'; Bácskai rizsesnusz; sertés; Csemege uborka (11)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2026.02.09.		Ovoda: EN=274,90kcal FH=6,00g ZS=7,30g SZH=32,80g CK=5,20g SO=1,00g TZS=2,10g Iskola: EN=323,50kcal FH=8,00g ZS=10,70g SZH=35,20g CK=7,40g SO=1,40g TZS=3,30g Kisiskola: EN=351,60kcal FH=9,00g ZS=12,40g SZH=37,40g CK=9,50g SO=1,60g TZS=3,90g		Ovoda: EN=200,60kcal FH=6,60g ZS=9,40g SZH=22,60g CK=0,20g SO=1,00g TZS=1,40g Iskola: EN=225,70kcal FH=8,30g ZS=9,50g SZH=27,80g CK=0,20g SO=1,10g TZS=1,40g Kisiskola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,60g SZH=39,90g CK=0,20g SO=1,80g TZS=2,80g	
KEDD 2026.02.10.		Rostos almalé; Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet 'tejmentes' (5, 11)*; Spagetti;		Ovoda: EN=208,60kcal FH=4,70g ZS=3,90g SZH=37,20g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=221,00kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=221,00kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g	
SZERDA 2026.02.11.		Tea csipkebogyó; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldsegleves 'lisztmentes'; Sült csirkemcomb; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Ovoda: EN=185,60kcal FH=6,80g ZS=7,00g SZH=23,20g CK=0,10g SO=1,00g TZS=1,80g Iskola: EN=214,70kcal FH=7,70g ZS=7,20g SZH=29,00g CK=0,10g SO=1,10g TZS=1,80g Kisiskola: EN=346,10kcal FH=12,70g ZS=13,90g SZH=41,10g CK=0,10g SO=1,80g TZS=3,60g	
CSÜTÖRTÖK 2026.02.12.		Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Paradicsom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Alma;		Ovoda: EN=231,70kcal FH=4,70g ZS=3,90g SZH=42,70g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=252,50kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=47,50g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=252,50kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=47,50g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g	
PÉNTEK 2026.02.13.		Tea csipkebogyó; Házi pulykahúsoskrém glutén, tejmentes (2, 4)*; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika; Tarhonyaleves 'tej, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökfőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Mandarin;		Ovoda: EN=194,40kcal FH=3,00g ZS=3,80g SZH=33,80g CK=13,30g SO=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=13,30g SO=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=332,20kcal FH=5,20g ZS=4,10g SZH=46,40g CK=26,60g SO=1,00g TZS=1,00g	

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

0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tőjás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogtű; 15=Édesítőszerek; 16=Puhatestűk

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussai kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea citromos; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Gulyás leves sertés hússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2026.02.16.		Keddi		Szerda	
Övoda: EN=211,20kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=35,50g CK=9,40g SÓ=0,40g TZS=1,10g Iskola: EN=219,60kcal FH=8,80g ZS=5,50g SZH=37,50g CK=13,50g SÓ=0,40g TZS=1,10g K. Iskola: EN=227,60kcal FH=8,80g ZS=5,50g SZH=37,50g CK=13,50g SÓ=0,40g TZS=1,10g		Övoda: EN=645,50kcal FH=15,30g ZS=22,80g SZH=91,30g CK=19,00g SÓ=0,40g TZS=2,10g Iskola: EN=636,50kcal FH=21,80g ZS=27,50g SZH=121,10g CK=24,40g SÓ=0,60g TZS=2,40g K. Iskola: EN=674,70kcal FH=25,40g ZS=31,10g SZH=143,00g CK=27,20g SÓ=0,90g TZS=2,70g		Övoda: EN=214,70kcal FH=6,80g ZS=7,00g SZH=23,20g CK=0,10g SÓ=1,00g TZS=1,80g Iskola: EN=214,70kcal FH=7,00g ZS=7,20g SZH=29,00g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=1,80g K. Iskola: EN=346,10kcal FH=12,70g ZS=13,90g SZH=41,10g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=3,60g	
Rösztös almale; Házi zöldséges sonkakrém 'tej-gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásmént.; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
Kedd 2026.02.17.		Övoda: EN=509,70kcal FH=17,10g ZS=17,70g SZH=66,70g CK=18,60g SÓ=0,30g TZS=0,60g Iskola: EN=665,50kcal FH=22,30g ZS=25,10g SZH=82,80g CK=25,70g SÓ=0,80g TZS=0,90g K. Iskola: EN=714,90kcal FH=25,50g ZS=29,50g SZH=95,30g CK=29,80g SÓ=1,10g TZS=1,10g		Övoda: EN=274,70kcal FH=6,90g ZS=13,00g SZH=31,30g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=2,10g Iskola: EN=274,70kcal FH=6,90g ZS=13,00g SZH=31,30g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=2,10g K. Iskola: EN=374,90kcal FH=9,50g ZS=22,10g SZH=33,00g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=3,40g	
Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Rizibizi;		Bebo margarin 10g; Kilfi (adalékmentes) (1)*; Alma;	
Szerda 2026.02.18.		Övoda: EN=428,50kcal FH=16,10g ZS=17,20g SZH=51,50g CK=8,30g SÓ=1,30g TZS=1,80g Iskola: EN=586,10kcal FH=21,20g ZS=22,30g SZH=73,80g CK=5,10g SÓ=1,80g TZS=2,30g K. Iskola: EN=699,60kcal FH=25,80g ZS=26,40g SZH=87,90g CK=6,70g SÓ=2,40g TZS=2,80g		Övoda: EN=248,10kcal FH=4,40g ZS=3,90g SZH=35,00g CK=0,10g SÓ=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=280,50kcal FH=4,60g ZS=3,90g SZH=37,80g CK=0,10g SÓ=0,60g TZS=0,90g K. Iskola: EN=260,50kcal FH=4,60g ZS=3,90g SZH=37,80g CK=0,10g SÓ=0,60g TZS=0,90g	
Tea citromos; Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Almaleves 'tejmentes'; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Csirkemájkrém 30g; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
Csütörtök 2026.02.19.		Övoda: EN=507,50kcal FH=24,50g ZS=16,90g SZH=61,70g CK=20,30g SÓ=0,00g TZS=0,20g Iskola: EN=686,20kcal FH=31,80g ZS=22,10g SZH=66,70g CK=27,70g SÓ=0,20g TZS=1,20g K. Iskola: EN=808,80kcal FH=36,10g ZS=26,10g SZH=103,50g CK=33,90g SÓ=0,70g TZS=1,40g		Övoda: EN=214,70kcal FH=6,70g ZS=10,40g SZH=22,60g CK=0,10g SÓ=1,00g TZS=2,50g Iskola: EN=242,20kcal FH=7,60g ZS=10,50g SZH=28,30g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=2,50g K. Iskola: EN=372,80kcal FH=12,60g ZS=17,30g SZH=40,30g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=4,30g	
Péntek 2026.02.20.		Övoda: EN=524,30kcal FH=21,80g ZS=17,70g SZH=63,40g CK=2,90g SÓ=0,50g TZS=1,80g Iskola: EN=712,30kcal FH=28,10g ZS=28,20g SZH=78,90g CK=3,30g SÓ=0,90g TZS=2,90g K. Iskola: EN=818,30kcal FH=32,10g ZS=31,90g SZH=91,60g CK=3,80g SÓ=1,00g TZS=3,30g		Övoda: EN=243,80kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=31,40g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,40g Iskola: EN=243,80kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=31,40g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,40g K. Iskola: EN=344,60kcal FH=9,60g ZS=18,70g SZH=33,30g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=2,70g	
Rizsital; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	



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

Étlap név:
 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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=Rákfélék; 11=Műstár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Pinatesztük
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
 Szegedi OVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
 Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
 SULI-HOST Kft. dietetikusaól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)
Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Rostos almáté; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Őszi barack leves 'Liszt-, tejmentes'; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;			Bebó margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;		
HÉTFŐ 2026.02.23.								
Ovoda: EN=267,60kcal FH=6,40g ZS=6,30g SZH=31,30g CK=0,10g SO=1,00g TZS=1,80g			Ovoda: EN=562,30kcal FH=18,80g ZS=19,60g SZH=6,50g CK=2,140g SO=0,30g TZS=1,50g			Ovoda: EN=208,60kcal FH=4,70g ZS=3,90g SZH=37,20g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		
Iskola: EN=292,70kcal FH=7,10g ZS=7,00g SZH=36,50g CK=0,10g SO=1,10g TZS=1,80g			Iskola: EN=741,90kcal FH=25,10g ZS=26,10g SZH=100,10g CK=26,90g SO=0,60g TZS=2,00g			Iskola: EN=221,00kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		
Kiskola: EN=422,10kcal FH=12,00g ZS=13,70g SZH=48,30g CK=0,10g SO=1,80g TZS=3,60g			Kiskola: EN=901,00kcal FH=29,40g ZS=31,70g SZH=122,60g CK=3,30g SO=6,60g TZS=2,50g			Kiskola: EN=221,00kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,20g SO=0,70g TZS=0,90g		
Tea citromos; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;			Zöldség leves 'tej-, cukormentes'; Sertés sült; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
Ovoda: EN=175,40kcal FH=7,60g ZS=3,90g SZH=26,50g CK=5,10g SO=0,70g TZS=0,80g			Ovoda: EN=535,30kcal FH=26,90g ZS=12,80g SZH=72,30g CK=2,20g SO=0,80g TZS=0,80g			Ovoda: EN=191,90kcal FH=3,00g ZS=3,80g SZH=37,30g CK=16,50g SO=0,60g TZS=0,90g		
Iskola: EN=227,60kcal FH=10,60g ZS=4,80g SZH=34,10g CK=7,20g SO=0,80g TZS=0,80g			Iskola: EN=670,40kcal FH=33,50g ZS=17,10g SZH=88,70g CK=3,00g SO=1,10g TZS=1,10g			Iskola: EN=217,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=42,50g CK=16,50g SO=0,70g TZS=0,90g		
Kiskola: EN=319,60kcal FH=16,40g ZS=6,80g SZH=46,80g CK=9,20g SO=1,10g TZS=0,90g			Kiskola: EN=809,10kcal FH=38,60g ZS=21,10g SZH=108,30g CK=3,50g SO=1,50g TZS=1,40g			Kiskola: EN=267,20kcal FH=5,20g ZS=4,10g SZH=42,90g CK=16,50g SO=1,00g TZS=1,00g		
KEDD 2026.02.24.			Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvascska tészta gluténment; Káposzta saláta;			Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsapretek;		
Ovoda: EN=310,50kcal FH=5,80g ZS=7,50g SZH=54,40g CK=4,40g SO=0,60g TZS=1,10g			Ovoda: EN=590,50kcal FH=23,40g ZS=22,50g SZH=71,20g CK=11,20g SO=0,30g TZS=1,80g			Ovoda: EN=154,10kcal FH=5,70g ZS=4,40g SZH=22,10g CK=0,10g SO=0,90g TZS=1,10g		
Iskola: EN=340,50kcal FH=6,30g ZS=8,00g SZH=60,40g CK=4,40g SO=0,60g TZS=1,10g			Iskola: EN=787,30kcal FH=29,50g ZS=29,60g SZH=97,70g CK=19,00g SO=0,80g TZS=2,40g			Iskola: EN=200,00kcal FH=9,10g ZS=5,10g SZH=28,30g CK=0,10g SO=1,30g TZS=1,20g		
Kiskola: EN=370,50kcal FH=6,80g ZS=8,50g SZH=66,40g CK=4,40g SO=0,70g TZS=1,10g			Kiskola: EN=954,90kcal FH=33,40g ZS=35,20g SZH=122,60g CK=24,20g SO=1,10g TZS=2,90g			Kiskola: EN=260,60kcal FH=11,90g ZS=5,60g SZH=39,30g CK=0,10g SO=1,60g TZS=1,40g		
SZERDA 2026.02.25.			Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Zöldfűszeres harscaspástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		
Ovoda: EN=166,60kcal FH=5,10g ZS=4,10g SZH=26,60g CK=5,10g SO=1,10g TZS=1,00g			Ovoda: EN=476,20kcal FH=21,70g ZS=15,50g SZH=57,10g CK=1,50g SO=0,80g TZS=1,20g			Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,90g ZS=9,40g SZH=23,10g CK=0,20g SO=1,80g TZS=1,40g		
Iskola: EN=214,10kcal FH=7,80g ZS=4,60g SZH=34,40g CK=7,20g SO=1,70g TZS=1,20g			Iskola: EN=646,50kcal FH=30,40g ZS=22,60g SZH=73,60g CK=2,20g SO=1,40g TZS=2,00g			Iskola: EN=231,70kcal FH=6,80g ZS=9,50g SZH=28,60g CK=0,20g SO=1,10g TZS=1,40g		
Kiskola: EN=279,30kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=47,20g CK=9,20g SO=2,20g TZS=1,30g			Kiskola: EN=764,70kcal FH=36,60g ZS=26,20g SZH=87,60g CK=2,70g SO=1,90g TZS=2,10g			Kiskola: EN=383,30kcal FH=11,00g ZS=18,90g SZH=40,90g CK=0,20g SO=1,80g TZS=2,80g		
CSÜTÖRTÖK 2026.02.26.			Burgonyaleves (tejmentes); Csibevágalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;			Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
Ovoda: EN=560,30kcal FH=21,30g ZS=14,00g SZH=68,80g CK=6,60g SO=0,60g TZS=1,40g			Ovoda: EN=603,90kcal FH=21,30g ZS=14,00g SZH=68,80g CK=6,60g SO=0,60g TZS=1,40g			Ovoda: EN=194,40kcal FH=3,00g ZS=3,80g SZH=35,80g CK=13,30g SO=0,60g TZS=0,90g		
Iskola: EN=646,50kcal FH=30,40g ZS=22,60g SZH=73,60g CK=2,20g SO=1,40g TZS=2,00g			Iskola: EN=819,50kcal FH=28,90g ZS=18,30g SZH=90,40g CK=9,10g SO=0,70g TZS=1,70g			Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=13,30g SO=0,70g TZS=0,90g		
Kiskola: EN=819,50kcal FH=36,20g ZS=22,40g SZH=111,10g CK=10,40g SO=1,10g TZS=2,10g			Kiskola: EN=819,50kcal FH=36,20g ZS=22,40g SZH=111,10g CK=10,40g SO=1,10g TZS=2,10g			Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,20g ZS=4,10g SZH=46,40g CK=26,60g SO=1,00g TZS=1,00g		
PÉNTEK 2026.02.27.								
Ovoda: EN=286,70kcal FH=6,60g ZS=5,90g SZH=53,90g CK=0,20g SO=0,90g TZS=0,90g			Iskola: EN=331,50kcal FH=7,40g ZS=6,40g SZH=60,10g CK=0,20g SO=0,90g TZS=0,90g			Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=13,30g SO=0,70g TZS=0,90g		
Iskola: EN=331,50kcal FH=7,40g ZS=6,40g SZH=60,10g CK=0,20g SO=0,90g TZS=0,90g			Kiskola: EN=362,90kcal FH=8,00g ZS=7,00g SZH=66,20g CK=0,20g SO=1,00g TZS=0,90g			Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,20g ZS=4,10g SZH=46,40g CK=26,60g SO=1,00g TZS=1,00g		



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

Étlap név:
0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
TZS=Telített zsírsav;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Dióhéj, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rakéték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Punatészték
SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,40kcal	0,80g	0,20g	24,70g	19,90g	0,00g	0,00g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,30kcal	16,90g	8,30g	1,10g	0,30g	0,10g	0,20g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	312,90kcal	13,80g	10,00g	40,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,80g	6,90g	0,90g	0,20g	0,00g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sült paradicsom, Vöröshagyma	344,10kcal	12,20g	6,90g	57,40g	9,50g	0,80g	0,40g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,90kcal	16,90g	8,30g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,30kcal	16,80g	6,00g	1,30g	0,30g	0,10g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,30kcal	13,20g	8,20g	3,70g	0,50g	0,20g	0,80g
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,50kcal	4,50g	2,40g	33,50g	0,10g	0,10g	0,20g
Burgonyafőzelék 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,30kcal	5,30g	2,50g	42,00g	0,10g	0,10g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,60g	2,20g	18,60g	1,00g	0,00g	0,20g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,40g	0,10g	1,40g	1,10g	0,90g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,50kcal	11,10g	7,30g	4,60g	0,20g	0,00g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,60g	0,90g	0,00g	0,30g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,10kcal	17,10g	11,60g	2,30g	0,70g	0,10g	0,80g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsra tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,00g	2,10g	9,20g	1,10g	0,00g	0,20g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,80kcal	4,50g	8,30g	92,20g	32,00g	0,50g	0,70g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,20kcal	5,00g	4,30g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,60kcal	10,40g	9,10g	15,00g	1,00g	0,10g	0,60g
Harcspástétom paradicsomos 30g 'dupla' Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	201,60kcal	5,30g	18,30g	3,80g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,80g	2,40g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,70kcal	4,30g	3,60g	0,10g	0,00g	0,10g	0,60g
Házi zöldséges sonkakrém 'tej-gluténmentes' Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Liga margarin, Petrezselyem zöld	32,10kcal	2,10g	2,30g	0,70g	0,00g	0,60g	0,70g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,00kcal	15,30g	7,30g	3,20g	0,30g	0,50g	0,40g
Húsgombóc sült tojásment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,30kcal	9,70g	13,90g	12,40g	0,10g	0,00g	0,20g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,60kcal	1,30g	0,20g	12,70g	8,00g	0,00g	0,00g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	275,40kcal	20,70g	8,80g	27,10g	0,20g	0,30g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Etel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,80kcal	1,60g	1,20g	10,20g	3,50g	0,20g	0,10g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,40kcal	1,60g	3,10g	10,20g	3,50g	0,20g	0,30g
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,00kcal	3,10g	2,20g	19,60g	0,20g	0,00g	0,20g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,30kcal	1,30g	3,00g	7,40g	1,40g	0,10g	0,30g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,60g	0,20g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pirított paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,10kcal	6,90g	9,80g	36,10g	0,20g	0,00g	0,60g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,50kcal	16,80g	8,30g	0,70g	0,10g	0,10g	0,20g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricas rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	222,10kcal	4,50g	5,90g	37,10g	0,80g	0,00g	0,60g
Lebbent leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,80kcal	2,10g	3,00g	16,50g	0,90g	0,20g	0,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,80kcal	4,50g	13,70g	68,60g	18,00g	0,30g	1,50g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,40g	0,00g	5,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggy leves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,00kcal	1,20g	0,10g	19,30g	15,40g	0,00g	0,00g
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,80kcal	17,10g	13,70g	7,00g	5,20g	0,20g	1,00g
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,70kcal	14,80g	18,50g	56,00g	9,00g	0,20g	0,30g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,20g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,50g	16,40g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,80g	2,00g	30,40g	4,40g	0,40g	0,40g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,50kcal	17,20g	12,10g	5,10g	0,20g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,20kcal	2,40g	3,00g	46,20g	0,00g	0,10g	0,20g
Őszibarack leves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	102,10kcal	1,10g	0,40g	23,90g	19,90g	0,00g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,90kcal	22,20g	16,40g	39,20g	0,80g	0,10g	1,00g
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,20kcal	1,80g	3,10g	21,70g	12,50g	0,10g	0,30g
Paradicsom mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,60kcal	3,30g	2,30g	25,70g	15,00g	0,10g	0,30g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,50kcal	2,50g	3,50g	31,90g	0,00g	0,10g	0,40g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,70kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,60kcal	5,00g	8,00g	36,80g	0,00g	0,10g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	314,60kcal	3,80g	11,50g	48,40g	0,30g	0,10g	1,20g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,30g	9,20g	3,50g	0,40g	0,10g	0,20g
Rakott zöldbab tejmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	407,70kcal	15,80g	20,00g	38,20g	4,20g	0,10g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rizsital Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Rostonnal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,60kcal	9,40g	9,80g	4,30g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almalé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,10g	10,20g	1,60g	0,50g	0,30g	0,40g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,70kcal	12,70g	8,60g	1,40g	0,50g	0,30g	0,40g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,10kcal	2,80g	4,20g	53,90g	0,00g	0,10g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,50kcal	19,80g	3,60g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,90g	3,20g	15,20g	0,90g	0,20g	0,30g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,90g	2,80g	0,40g	0,00g	0,40g	1,00g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,80kcal	2,60g	4,90g	10,00g	2,50g	0,10g	0,50g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,70kcal	0,00g	0,00g	5,10g	5,00g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,50kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tökfőzelék 'tejmentes'	144,70kcal	2,60g	5,20g	21,00g	8,40g	0,10g	0,60g
Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Tört burgonya	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Kigó uborka							
Vadas sertésszelet 'tejmentes'	197,60kcal	17,50g	12,40g	3,10g	0,70g	0,20g	0,60g
Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Vagdalt pogácsa burgonyás	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zala Kométa	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Összetétel: Zala felvágott							
Zellerkrémleves 'tejmentes'	62,10kcal	1,90g	1,40g	10,40g	1,70g	0,10g	0,20g
Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldbab leves	90,30kcal	3,20g	1,50g	15,20g	2,40g	0,20g	0,20g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldbabfőzelék 'tejmentes'	127,60kcal	4,20g	4,20g	17,10g	5,30g	0,00g	0,50g
Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'	75,20kcal	3,20g	1,30g	12,10g	3,00g	0,10g	0,10g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldborsófőzelék 'tejmentes'	196,00kcal	7,60g	4,30g	30,30g	14,00g	0,20g	0,50g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'							
Zöldborsós sertésragu	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,60g	9,10g	1,80g	0,10g	0,40g	1,20g
Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom							
Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							
Zöldséges rakott burgonya	341,20kcal	18,10g	9,40g	41,70g	0,20g	0,00g	0,40g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldséges rizses 'pulyka'	219,00kcal	7,70g	7,70g	28,90g	2,00g	0,50g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségleves 'lisztmentes'	69,90kcal	1,90g	2,70g	9,10g	1,90g	0,20g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségleves 'tej-, cukormentes'	68,60kcal	1,80g	2,60g	8,90g	1,90g	0,10g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

Az "Értelmező táblázat"-on szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

[illegible]