

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.06.01.	Tej (2,8%) (2)*; Paradicsomos harcsapástétom 'allergénmentes' (9)*; Tejles kiőrésű kenyér (1)*;	Banán, víz;	Sterfánia vagdalt (1, 3)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Alma;	Gyümölcs tea (gyermek); Lapkasajt (2)*; Liga margarin; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN-252, 100kcal FH=10,80g ZS=10,60g SZH=28,10g CK=4,40g SÓ=1,00g TZS=4,20g	EN-84, 100kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN-350, 70kcal FH=16,10g ZS=12,70g SZH=40,20g CK=10,20g SÓ=0,30g TZS=2,10g	EN-196, 60kcal FH=9,10g ZS=8,20g SZH=20,80g CK=5,10g SÓ=0,30g TZS=4,80g
<b>KEDD</b> 2026.06.02.	Kakaó (2, 4)*; Liga margarin; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Köte, víz;	Rostos ivólé 100%-os alma; Rakott sárgarépa sajszórárral (1, 2, 6)*;	kefir (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Kígyóborka; Félbarra kenyér (1)*;
	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=6,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN-316, 100kcal FH=16,80g ZS=6,50g SZH=45,20g CK=10,40g SÓ=0,40g TZS=1,30g	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)*; Tejfölös túró (2)*; Félbarra kenyér (1)*;	Banán, víz;	Rántott csirkemell (tepsis) (1, 3)*; Alma-gesztenyemártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Csipkebogyótea; Csirkéjő baromfi rúd 'Allergénmentes'; Liga margarin; Tejleskiőrésű zsemle (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, 100kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN-399, 80kcal FH=19,10g ZS=7,60g SZH=60,30g CK=19,80g SÓ=0,30g TZS=1,20g	EN-142, 90kcal FH=4,10g ZS=5,00g SZH=19,20g CK=5,30g SÓ=0,70g TZS=1,70g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.06.04.	Karamellásteji (2)*; Kockasajt (2)*; Félbarra kenyér (1)*; Hónapos rettek;	Őszibarack, víz;	Brokkoli krémleves tejszínes (1, 2)*; Hentes csirketokány (1, 11, 15)*; Orsótészta (1)*;	Gyümölcsös krémloghurt (1, 2)*; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN-289, 100kcal 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-357, 50kcal FH=17,20g ZS=12,00g SZH=44,00g CK=3,10g SÓ=1,00g TZS=1,40g	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)*; Teavaj (2)*; Tejles fonottka (1, 2)*;	Köte, víz;	Sajtgomba (1, 2, 3)*; Lencsefőzelékpüré (1, 2, 11)*; Alma, víz;	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém házi; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN-258, 100kcal FH=8,00g ZS=14,50g SZH=23,60g CK=10,20g SÓ=0,40g TZS=9,50g	EN-36, 40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=6,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN-423, 80kcal FH=25,30g ZS=13,60g SZH=47,50g CK=3,10g SÓ=0,70g TZS=5,80g	EN-178, 80kcal FH=9,20g 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, Kenyérégyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**  
**Bölcsöde 'Kisded'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogítók; 15=Edesítőszer; 16=Puhítószer  
Eteleink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információt a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

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

HÉTFŐ 2026.06.08.	KEDD 2026.06.09.	SZERDA 2026.06.10.	CSÜTÖRTÖK 2026.06.11.	PÉNTEK 2026.06.12.
<p><b>Reggeli</b></p> <p>Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Tejles kiörlésű kenyér (1)*;</p>	<p><b>Tízórai</b></p> <p>Banán, víz;</p>	<p><b>Ebéd A</b></p> <p>Húsgombóc (3)*; Kaportőzelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;</p>	<p><b>Uzsonna</b></p> <p>Gyümölcs tea (gyermek); Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;</p>	
<p>EN=238,60kcal FH=10,80g ZS=6,80g SZH=28,80g CK=9,40g SO=1,20g TZS=5,40g</p> <p>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p> <p>EN=339,70kcal FH=15,40g ZS=12,00g SZH=42,40g CK=8,10g SO=0,20g TZS=1,80g</p> <p>EN=189,70kcal FH=6,50g ZS=4,60g SZH=28,50g CK=5,60g SO=0,80g TZS=1,30g</p>	<p>EN=318,40kcal FH=8,40g ZS=15,80g SZH=35,80g CK=23,00g SO=0,40g TZS=1,010g</p> <p>EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p> <p>EN=287,20kcal FH=14,30g ZS=11,20g SZH=33,80g CK=4,90g SO=0,20g TZS=1,10g</p> <p>EN=181,20kcal FH=5,50g ZS=4,60g SZH=29,00g CK=5,50g SO=1,00g TZS=1,40g</p>	<p>EN=255,30kcal FH=12,40g ZS=8,00g SZH=32,90g CK=9,70g SO=0,80g TZS=3,40g</p> <p>EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p> <p>EN=355,20kcal FH=17,90g ZS=15,20g SZH=33,60g CK=9,10g SO=0,50g TZS=1,80g</p> <p>EN=178,50kcal FH=7,90g ZS=4,80g SZH=25,60g CK=5,90g SO=0,60g TZS=0,20g</p>	<p>EN=231,60kcal FH=8,70g ZS=10,20g SZH=25,50g CK=9,30g SO=0,90g TZS=4,10g</p> <p>EN=28,70kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p> <p>EN=474,00kcal FH=16,00g ZS=18,70g SZH=58,30g CK=23,70g SO=0,40g TZS=1,40g</p> <p>EN=178,00kcal FH=7,20g ZS=8,00g SZH=18,90g CK=6,80g SO=0,50g TZS=4,50g</p>	<p>EN=244,60kcal FH=12,00g ZS=7,70g SZH=31,10g CK=11,10g SO=1,30g TZS=3,40g</p> <p>EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g</p> <p>EN=357,50kcal FH=19,00g ZS=10,20g SZH=44,50g CK=14,90g SO=0,90g TZS=2,00g</p> <p>EN=199,20kcal FH=3,10g ZS=4,90g SZH=34,30g CK=14,80g SO=0,40g TZS=2,00g</p>
<p>Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Tejles kiörlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Kakaó (2, 4)*; Méz; Teavaj (2)*; Fatórzsikfili (1, 2, 3)*;</p>	<p>Tej (2,8%) (2)*; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;</p>	<p>Tej (2,8%) (2)*; Brokkolis zöldpástétom; Zsemle (1)*;</p>	<p>Tejeskávé (1, 2)*; Pápai sonka Tej-, Szója-, Lisztmentes; Liga margarin; Tejles kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;</p>
	<p>Körte, víz;</p>	<p>Banán, víz;</p>	<p>Őszibarack, víz;</p>	<p>Alma, víz;</p>
	<p>Postos ivólé 100%-os narancs; Rakott kelkáposzta (1, 2)*;</p>	<p>Tökmagos pulykavagdalt (1, 3, 6, 8, 12, 13)*; Vegyesfőzelék (1, 2)*;</p>	<p>Málguskaleves (1, 3)*; Almás kevert süti (1, 2, 3, 5, 11)*;</p>	<p>Pritaminos halpogácsa (tepsis) (1, 3, 9)*; Zöldborsó főzelék (1, 2)*;</p>
	<p>Csipkebogyótea; Tauris zöldséges félvágott; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Csipkebogyótea; Pritaminos csibemájkrém házi; Tejles kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;</p>	<p>Natur joghurt (2)*; Liga margarin; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;</p>	<p>Gyümölcs tea (gyermek); Sárgabaracklevár; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;</p>

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOZGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kegyér-Évári 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 'Kisded'**

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=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszert; 16=Puhatestűek  
Ételeink az összetevőik között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.06.15.	Tej (2,8%) (2)*; Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; EN=247,30kcal FH=11,10g ZS=8,30g SZH=31,90g CK=9,70g SÓ=1,30g TZS=4,10g	Ózibarack, víz; EN=28,70kcal FH=0,50g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Paprikás sertés; Kétféle zöldbabfőzelék (1, 2)*; Alma; EN=323,50kcal FH=17,40g ZS=12,60g SZH=33,00g CK=9,20g SÓ=40g TZS=1,70g	Gyümölcsös krémioghurt (1, 2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; EN=249,80kcal FH=7,70g ZS=6,40g SZH=39,70g CK=16,70g SÓ=0,90g TZS=3,40g
<b>KEDD</b> 2026.06.16.	Vaníliastej (2,8%) (1, 2)*; Teavaj (2)*; Tejes tonotika (1, 2)*; EN=293,70kcal FH=8,00g ZS=14,50g SZH=32,50g CK=19,10g SÓ=0,40g TZS=9,50g	Köre, víz; EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Rostos ivólé 100%-os alma; Rakott burgonya (1, 2, 3)*; Uborkasaláta; EN=402,30kcal FH=19,30g ZS=15,50g SZH=41,50g CK=7,00g SÓ=60g TZS=3,20g	Csipkebogyótea; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Tejeskiórlésű zsemle (1)*; Paradicsom; EN=189,20kcal FH=4,20g ZS=5,90g SZH=21,00g CK=5,20g SÓ=1,00g TZS=3,00g
<b>SZERDA</b> 2026.06.17.	Tej (2,8%) (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; napraforgó szórát (darált) sajtkrémmel (6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=285,30kcal FH=11,80g ZS=11,20g SZH=33,90g CK=9,70g SÓ=1,20g TZS=5,20g	Alma, víz; EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Natur csirkemell (szelet) (1)*; Ózibarackmártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*; EN=393,30kcal FH=19,20g ZS=8,80g SZH=59,20g CK=16,90g SÓ=20g TZS=1,00g	Csipkebogyótea; Sertéshúskrém házi; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka; EN=151,40kcal FH=6,50g ZS=5,00g SZH=19,10g CK=6,10g SÓ=0,20g TZS=0,30g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.06.18.	Tejeskávé (1, 2)*; Petrezselymes túró (2)*; Tejes kiörlésű kenyér (1)*; EN=221,20kcal FH=10,50g ZS=6,00g SZH=30,90g CK=11,10g SÓ=0,80g TZS=2,80g	Banán, víz; EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Tejszínes karfiol krémleves sárgarépa kockával (1, 2)*; Lecsós pulykamell; Párolt rizs; EN=324,40kcal FH=21,60g ZS=8,70g SZH=58,20g CK=1,90g SÓ=0,90g TZS=1,00g	Gyümölcs tea (gyermek); Zöldfűszeres harcsapástétom all.mentes (9)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=187,50kcal FH=5,40g ZS=5,10g SZH=29,60g CK=5,50g SÓ=0,80g TZS=0,60g
<b>PÉNTEK</b> 2026.06.19.	Tej (2,8%) (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; EN=248,90kcal FH=10,40g ZS=8,30g SZH=32,90g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=3,40g	Alma, víz; EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	Pritannos sajtombba (1, 2, 3)*; Sárgaborsófőzelékpüré (1)*; EN=369,00kcal FH=22,50g ZS=12,50g SZH=39,60g CK=0,40g SÓ=0,70g TZS=5,80g	Gyümölcs tea (gyermek); Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom; EN=182,50kcal FH=7,70g ZS=7,00g SZH=21,20g CK=5,10g SÓ=0,70g TZS=3,80g

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



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

**Étlap név:**  
**Bölcsöde 'Kised'**

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

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.06.22.	Tej (2,8%) (2)*; Trappistásajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Banán, víz;	Halrudacska panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Brokkolifőzelék (1, 2)*; Alma, víz;	Gyümölcs tea (gyermek); Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=299,60kcal FH=14,80g ZS=12,60g SZH=31,50g CK=9,70g SÓ=1,20g TZS=7,00g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=339,00kcal FH=15,90g ZS=12,40g SZH=98,30g CK=4,20g SÓ=1,00g TZS=1,90g	EN=183,50kcal FH=5,60g ZS=2,70g SZH=28,80g CK=5,50g SÓ=1,10g TZS=0,70g
<b>KEDD</b> 2026.06.23.	Tej (2,8%) (2)*; Vaníliasturó (1, 2, 13)*; Tejes fonotka (1, 2)*;	Köre, víz;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Rakott sütfők sajtszórattal (1, 2, 6)*;	kefir (2)*; Liga margarin; Tejeskiörlesű zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN=223,40kcal FH=10,40g ZS=8,30g SZH=25,90g CK=11,70g SÓ=0,40g TZS=3,80g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=392,00kcal FH=15,20g ZS=14,40g SZH=50,20g CK=18,20g SÓ=0,40g TZS=2,00g	EN=180,20kcal FH=7,70g ZS=7,80g SZH=19,00g CK=6,20g SÓ=0,60g TZS=4,40g
<b>SZERDA</b> 2026.06.24.	Tejeskávé (1, 2)*; Tea vaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Ózibarack, víz;	Paprikás csirkemell; Fejeskáposztafőzelék (1, 2)*; Tört burgonya;	Csipkegyötea; Sajtkrém (2, 5)*; Tökmag szórattal (ráll) sajtkrémhez (6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=292,10kcal FH=8,70g ZS=12,90g SZH=35,50g CK=11,40g SÓ=0,80g TZS=8,30g	EN=28,70kcal FH=0,60g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=332,20kcal FH=20,60g ZS=5,90g SZH=46,40g CK=4,80g SÓ=0,40g TZS=1,20g	EN=199,60kcal FH=6,70g ZS=5,70g SZH=28,60g CK=5,50g SÓ=1,00g TZS=1,80g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.06.25.	Tej (2,8%) (2)*; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Tejes kiörlesű kenyér (1)*;	Köte, víz;	Gulyásleves csirkehússal (1)*; Almás-gesztenyes túrófelfújt (1, 2, 3, 13)*;	Gyümölcs tea (gyermek); Párizskrém; Zsemle (1)*; Paradicsom;
	EN=266,10kcal FH=11,10g ZS=11,50g SZH=29,30g CK=9,40g SÓ=1,50g TZS=6,40g	EN=38,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=476,60kcal FH=20,50g ZS=15,60g SZH=69,60g CK=17,90g SÓ=0,30g TZS=2,30g	EN=144,50kcal FH=4,00g ZS=4,40g SZH=21,40g CK=5,20g SÓ=0,70g TZS=1,50g
<b>PÉNTEK</b> 2026.06.26.	Tej (2,8%) (2)*; Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Csibevagdalt (1, 3)*; Parajfőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Molnárika (1, 2, 3)*;
	EN=279,50kcal FH=12,50g ZS=10,30g SZH=32,50g CK=9,80g SÓ=1,00g TZS=4,70g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=362,60kcal FH=16,60g ZS=16,90g SZH=34,00g CK=6,70g SÓ=0,30g TZS=2,30g	EN=198,40kcal FH=7,10g ZS=9,40g SZH=21,00g CK=6,50g SÓ=0,50g TZS=5,20g

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



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

**Étlap név:**  
**Bölcsöde 'Kisded'**

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűk  
Ételünk 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> 2026.06.29.	EN=265,90kcal FH=1,020g ZS=8,40g SZH=97,10g CK=14,70g SO=0,80g TZS=9,50g 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=307,00kcal FH=14,10g ZS=9,00g SZH=42,50g CK=1,080g SO=0,20g TZS=0,70g Hüsgombóc (3)*; 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; Zöldifűszeres harsapástém 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=9,60g Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes túró (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=6,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Köfte, víz;	EN=328,00kcal FH=18,10g ZS=12,30g SZH=55,40g CK=8,10g SO=0,40g TZS=1,90g Postos Ivólé 100% őszibarack; Rakott vegyes zöldségek sajtszórtattal sertés hússal (1, 2)*;	EN=216,80kcal FH=6,10g ZS=6,70g SZH=31,90g CK=17,20g SO=0,50g TZS=9,80g Gyümölcs tea (gyermek); Teavaj (2)*; Fatórzkifli (1, 2, 3)*;
<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=9,40g Karamellás tej (2)*; Sertés húskrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Alma, víz;	EN=383,60kcal FH=16,80g ZS=13,50g SZH=46,70g CK=8,90g SO=0,40g TZS=1,90g Napraforgómagos pulykavagdalt (1, 3, 6, 8, 12, 13)*; Tejszínes céklafőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	EN=187,00kcal FH=2,20g ZS=10,00g SZH=21,30g CK=8,10g SO=0,20g TZS=6,60g Csipkebogyótea; Csirkelaj 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 Köfte, víz;	EN=387,20kcal FH=19,30g ZS=8,10g SZH=77,80g CK=22,30g SO=0,20g TZS=1,00g Vegyes gyümölcskrémleves (1, 2)*; Zöldborsós csirkemeliragu; Párolt rizs;	EN=186,50kcal FH=5,50g ZS=5,10g SZH=29,30g CK=5,60g SO=1,00g TZS=1,50g Gyümölcs tea (gyermek); Csibemájkrem házi; Kifli (1, 2)*; 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)*; Lapkásait (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=6,40g CK=0,00g SO=0,00g TZS=0,00g Köfte, víz;	EN=390,70kcal FH=22,80g ZS=12,50g SZH=44,50g CK=0,40g SO=0,70g TZS=5,80g Pitavinos sajtgomba (1, 2, 3)*; Sárgaborsófőzelékpüré (1)*; Alma, víz;	EN=152,60kcal FH=6,40g ZS=5,00g SZH=19,90g CK=6,00g SO=0,20g TZS=0,30g Gyümölcs tea (gyermek); Zöldpaprika;

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



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

**Étlap név:**  
**Bölcsöde 'Kisded'**

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

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

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,30g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma, víz Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,30g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma-gesztenyemártás Összetétel: Fagy. alma, Fagy. gesztenye püré, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	182,00kcal	2,90g	1,00g	39,10g	18,90g	0,10g	0,30g
Almás kevert süti Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Liga margarin 70%, Sütőpor, Szárított citromhéj, Tej '2,8%', Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	318,90kcal	5,30g	12,50g	45,20g	21,70g	0,10g	0,70g
Almás-gesztenyés túrófelfújt Összetétel: Búzadara, Fagy. alma, Fagy. gesztenye püré, Félzsiros tehéntúró, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Liga margarin 70%, Porcukor, Sütőpor, Tej '1,5%', Tojásfehérje lé, Tojáslé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	301,60kcal	11,60g	8,20g	42,90g	16,70g	0,10g	0,80g
Banán, víz Összetétel: Banán	84,00kcal	1,00g	0,00g	19,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Brokkoli krémleves tejszínes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzötejszín, Köménymag, Só 'jódozott', Tojásmentes eperkocka tészta	85,20kcal	3,40g	2,90g	10,70g	1,20g	0,80g	0,60g
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 püré 1/2 Összetétel: Burgonya, Liga margarin 70%, Só 'jódozott, főzövíz', Tej '2,8%'	67,10kcal	1,90g	1,00g	11,60g	0,60g	0,00g	0,20g
Csibevagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	135,70kcal	10,10g	7,50g	6,00g	0,40g	0,20g	0,70g
Csipkebogyótea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea 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
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	90,10kcal	2,20g	1,80g	15,70g	3,10g	0,20g	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, főzövíz'	47,00kcal	1,20g	0,20g	9,20g	0,00g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: Bölcsöde 'Kised'**

**Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Gulyásleves csirkehússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamín paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes eperkocka tészta, Vöröshagyma	175,00kcal	8,90g	7,40g	16,70g	1,20g	0,20g	0,60g
Gyümölcsös krémmjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémmjoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Gyümölcs tea (gyermek) Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,60g	5,00g	0,00g	0,00g
Halrudacska panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. Halrudacska panírozott	142,10kcal	7,40g	6,60g	12,80g	0,00g	0,80g	0,60g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Tejföl '12%'	32,90kcal	2,50g	2,00g	1,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Hentes csirke tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	104,20kcal	8,90g	5,80g	3,70g	0,30g	0,20g	0,40g
Hónapos retek Összetétel: Retek	3,80kcal	0,20g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Húsgombóc Összetétel: Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	91,70kcal	9,50g	3,80g	6,40g	0,10g	0,10g	0,20g
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
kefir Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Kefíres zöldbab főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kefír, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Vöröshagyma	206,90kcal	6,40g	7,60g	26,90g	8,70g	0,20g	1,60g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	63,40kcal	1,80g	0,60g	12,40g	0,80g	0,20g	0,30g
Kígyó uborka 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

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Körte, víz Összetétel: Körte	36,40kcal	0,30g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,80kcal	6,50g	5,80g	0,00g	0,00g	0,50g	3,80g
Lecsós pulykamell Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Natúr 30%-os lecsó, Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	104,30kcal	15,70g	3,90g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Lencsefőzelékpüré Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	251,70kcal	14,20g	4,70g	36,60g	3,10g	0,10g	0,30g
Liga margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Májgaluskaleves Összetétel: Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	155,10kcal	10,70g	6,20g	13,10g	2,00g	0,30g	0,70g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	21,00kcal	0,00g	0,00g	5,80g	5,70g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	87,40kcal	2,00g	2,00g	15,00g	2,50g	0,20g	1,00g
napraforgó szórat (darált) sajtkrémhez Összetétel: Napraforgómag hántolt	29,50kcal	0,90g	2,40g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Natur csirkemell (szelet) Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Vöröshagyma	104,20kcal	12,50g	5,10g	1,70g	0,00g	0,10g	0,50g
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
Orsótészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta	168,10kcal	4,90g	3,30g	29,60g	1,60g	0,00g	0,40g
Ósziarack, víz Összetétel: Ósziarack	28,70kcal	0,50g	0,00g	6,30g	0,00g	0,00g	0,00g
Ósziarackmártás Összetétel: Fagy. ósziarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	140,30kcal	3,10g	1,00g	29,60g	16,90g	0,10g	0,30g
Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes' Összetétel: Pápai sonka	24,00kcal	3,40g	1,00g	0,00g	0,00g	0,40g	0,00g
Paprikás csirkemell Összetétel: Csemege paprika, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,40kcal	12,50g	1,40g	1,30g	0,50g	0,20g	0,10g
Paprikás sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	94,90kcal	10,70g	5,00g	1,20g	0,50g	0,20g	0,10g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 harcsapastetom '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 rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizs 'A', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	155,60kcal	3,90g	2,00g	47,70g	0,20g	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
Pirított dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	148,80kcal	3,60g	2,20g	27,90g	0,00g	0,00g	0,20g
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
Pritaminos halpogácsa (tepsis) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	120,40kcal	7,80g	5,80g	8,40g	0,60g	0,70g	0,80g
Pritaminos sajtgomba Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	151,50kcal	10,70g	8,90g	6,30g	0,20g	0,60g	5,50g
Pulykahúskrém házi Összetétel: Liga margarin 70%, Pulykamell filé, Só 'jódozott'	58,60kcal	5,20g	4,20g	0,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tojás főzött darabolt, Trappista sajt, Vöröshagyma	375,40kcal	18,80g	15,40g	35,60g	1,90g	0,60g	3,20g
Rakott kelkáposzta Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kelkáposzta, Liga margarin 70%, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Vöröshagyma	273,20kcal	14,20g	11,10g	30,60g	1,80g	0,20g	1,10g
Rakott sárgarépa sajtzórattal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma	302,10kcal	15,70g	8,40g	42,00g	7,30g	0,40g	1,30g
Rakott sütőtök sajtzórattal Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma	378,00kcal	15,10g	14,30g	47,00g	15,10g	0,40g	2,00g
Rakott vegyes zöldségek sajtzórattal sertéshússal Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Trappista sajt	312,00kcal	18,00g	12,20g	32,20g	5,00g	0,40g	1,90g
Rántott csirkemell (tepsis) Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Tojáslé	150,70kcal	14,30g	5,80g	9,60g	0,10g	0,20g	0,70g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rostos ivólé 100% őszibarack Összetétel: Gyümölcsle sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
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
Sajtgomba Összetétel: Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásle, Trappista sajt	150,40kcal	10,80g	8,90g	6,00g	0,00g	0,60g	5,50g
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
Sertéshúskrém házi Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,80kcal	4,30g	4,40g	0,60g	0,30g	0,00g	0,00g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Pritamin paprika, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojás főzött, tisztított, Tojáspor, Vöröshagyma	135,70kcal	10,10g	7,20g	6,30g	0,60g	0,30g	0,80g
Tauris Toast sonka all.mentes Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	10,50kcal	1,50g	0,30g	0,50g	0,00g	0,40g	0,10g
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	25,80kcal	1,40g	2,10g	0,30g	0,00g	0,30g	0,80g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,00g	8,20g	0,00g	0,00g	0,00g	5,70g
Tej (2,8%) Összetétel: Tej '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g
Tejes fonottka Összetétel: Fonottka 50g	73,80kcal	2,00g	0,70g	14,40g	1,00g	0,20g	0,40g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	107,00kcal	4,70g	4,20g	12,20g	10,90g	0,20g	2,60g
Tejfölös túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Tejföl '12%'	31,60kcal	2,40g	2,00g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Tejszínes karfiol krémleves sárgarépa kockával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Köménymag, Só 'jódozott'	64,50kcal	2,00g	2,80g	7,30g	1,40g	0,80g	0,60g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	89,60kcal	3,50g	0,40g	18,00g	0,20g	0,60g	0,20g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisedd'

Időszak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Teljeskiörlésű zsemle Összetétel: Teljes kiörlésű zsemle 50g	63,20kcal	2,20g	0,30g	12,10g	0,20g	0,30g	0,20g
Tökfőzelék Összetétel: Bioacet, 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
Tökmag szórát(darált) sajtkrémhez Összetétel: Tökmag hántolt	31,20kcal	1,70g	2,50g	0,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Tökmagos pulykavagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pítamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tojáslé, Tökmag hántolt, Vöröshagyma	172,10kcal	10,80g	11,10g	5,90g	0,40g	0,20g	0,70g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzvíz'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Tört burgonya 1/2. Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzvíz'	47,00kcal	1,20g	0,20g	9,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Trappistasajt szelet Összetétel: Trappista sajt	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,30g	3,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioacet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	12,90kcal	0,40g	0,00g	2,70g	2,00g	0,00g	0,00g
Vaníliástej (2,8%) Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%', Vaníliás cukor	147,60kcal	6,00g	5,60g	18,10g	18,10g	0,20g	3,40g
Vaníliástúró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	37,60kcal	2,40g	2,00g	2,30g	1,50g	0,00g	0,00g
Vegyesfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	183,10kcal	7,10g	4,10g	27,70g	8,70g	0,30g	1,10g
Zöldborsó főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	237,10kcal	11,20g	4,40g	36,10g	14,30g	0,20g	1,20g
Zöldfűszeres harcsapástétom all.mentes Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	50,10kcal	1,30g	4,60g	0,90g	0,00g	0,20g	0,60g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	70,20kcal	2,10g	0,30g	14,30g	0,10g	0,30g	0,20g