

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>	<b>Vacsora</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2025.03.31.	EN=337,79kcal FH=11,77g ZS=10,05g SZH=47,73g CK=16,51g SO=0,73g TZS=5,00g	EN=219,63kcal FH=6,73g ZS=6,16g SZH=29,03g CK=1,63g SO=1,71g TZS=5,10g	EN=782,53kcal FH=32,14g ZS=31,91g SZH=89,45g CK=4,56g SO=2,36g TZS=4,99g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SO=0,49g TZS=2,59g	EN=513,94kcal FH=21,18g ZS=28,06g SZH=46,21g CK=4,97g SO=0,89g TZS=1,30g
<b>KEDD</b> 2025.04.01.	Erdel gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Felbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtos panírozott halfile (1, 2, 3, 4, 9)*; Törburchonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Felbarna kenyér (1)*;	Molnárika (1, 2, 3)*; Alma;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;
<b>SZERDA</b> 2025.04.02.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldhagyma;	Fatőzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Narancs; Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Teperizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	Gyrosos sertéscsirkó (1, 5)*; Forogatott burgonya kocka (5)*;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.04.03.	EN=305,20kcal FH=13,85g ZS=8,84g SZH=42,66g CK=12,16g SO=1,25g TZS=2,74g	EN=217,32kcal FH=4,81g ZS=3,59g SZH=39,86g CK=6,18g SO=0,40g TZS=1,82g	EN=793,97kcal FH=31,11g ZS=9,19g SZH=163,96g CK=6,81g SO=1,48g TZS=6,13g	EN=303,60kcal FH=17,36g ZS=14,50g SZH=24,31g CK=0,41g SO=1,70g TZS=8,57g	EN=640,47kcal FH=24,66g ZS=33,94g SZH=52,18g CK=0,99g SO=1,32g TZS=1,01g
<b>PÉNTEK</b> 2025.04.04.	Citromos tea; Tejöltős-túró (2)*; Felbarna kenyér (1)*;	Alma; Brós (1, 2, 3)*;	Osontleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Fejleszkáposzta-saláta;	Joghurt (2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Csikós tokány (1, 2, 5)*; Tészta Orsó (1)*;
	EN=250,24kcal FH=11,11g ZS=3,20g SZH=43,80g CK=9,82g SO=0,93g TZS=0,06g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SO=0,49g TZS=2,59g	EN=794,41kcal FH=32,22g ZS=33,60g SZH=88,14g CK=8,14g SO=1,55g TZS=1,04g	EN=217,50kcal FH=9,40g ZS=6,00g SZH=29,75g CK=6,35g SO=0,75g TZS=3,90g	EN=655,87kcal FH=24,60g ZS=36,19g SZH=55,43g CK=3,35g SO=0,80g TZS=2,65g
	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Zsemle (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Alma dobozos újdító 100%; Fonnotta (1, 2)*;	Májkrem; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=312,24kcal FH=17,98g ZS=7,50g SZH=41,95g CK=11,70g SO=1,02g TZS=2,57g	EN=250,30kcal FH=11,39g ZS=9,90g SZH=29,84g CK=0,62g SO=1,82g TZS=3,36g	EN=442,97kcal FH=29,53g ZS=42,15g SZH=80,64g CK=3,25g SO=2,02g TZS=1,98g	EN=235,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=37,90g CK=1,90g SO=0,50g TZS=0,70g	EN=635,43kcal FH=16,93g ZS=34,06g SZH=62,92g CK=5,07g SO=2,79g TZS=1,60g

## Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kerytergyári 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:

Klúg

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=Héj; 10=Náktélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítósútk

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

"Suli-Host  
Étkeztetési Rendszer  
3.0"

SZOMBAT 2025.04.05.		VASÁRNAP 2025.04.06.	
<b>Reggeli</b>	Citromos tea; Lapkásajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	<b>Tízórai</b>	Narancs; Bebo Mini Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=373 84kcal FH=18.40g ZS=14.50g SZH=42.47g CK=9.88g SÓ=1.94g TZS=8.28g		EN=240 90kcal FH=6.06g ZS=4.10g SZH=43.56g CK=0.78g SÓ=0.84g TZS=0.76g
	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	<b>Ebéd A</b>	Tarhonyaleves (1, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Tejles körlésű kenyér (1)*;
	EN=301 14kcal FH=11.00g ZS=9.80g SZH=43.19g CK=1.08g SÓ=1.82g TZS=3.18g		EN=808 82kcal FH=31.15g ZS=38.68g SZH=78.22g CK=14.92g SÓ=2.01g TZS=2.24g
		<b>Uzsonna</b>	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Tejles körlésű kenyér (1)*;
			EN=259 40kcal FH=9.34g ZS=4.60g SZH=44.56g CK=16.61g SÓ=1.07g TZS=2.99g
		<b>Vacsora</b>	Aprópecsenye (1, 5)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*;
			EN=654 01kcal FH=26.68g ZS=38.01g SZH=56.78g CK=0.60g SÓ=0.72g TZS=0.71g
			Alma; Méz; Félbarna kenyér (1)*;
			EN=242 40kcal FH=5.87g ZS=0.60g SZH=54.12g CK=13.09g SÓ=0.85g TZS=0.08g
			Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldborsós sertés szelet (1, 5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Tejles körlésű kenyér (1)*;
			EN=731 62kcal FH=37.53g ZS=23.61g SZH=81.13g CK=5.88g SÓ=1.81g TZS=5.29g
			Sonkás krém 50g Eurofood; Félbarna kenyér (1)*; Alma dobozos üdítő;
			EN=971 60kcal FH=9.32g ZS=12.92g SZH=54.30g CK=20.78g SÓ=1.49g TZS=4.73g
			Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;
			EN=431 15kcal FH=14.76g ZS=5.76g SZH=89.58g CK=43.80g SÓ=0.45g TZS=9.35g

### Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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

6724 Szeged, Kenyérágyári 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:  
Klóg

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Gluten; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákteték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszerek; 16=Puhítósűrűk  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál!

"Suli-Host"  
Étkeztetési Rendszer  
3.0"

	HÉTFŐ 2025.04.07.	KEDD 2025.04.08.	SZERDA 2025.04.09.	CSÜTÖRTÖK 2025.04.10.	PÉNTEK 2025.04.11.
<b>Reggeli</b>	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Sertés pátízslí (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Teljes kiőrlésű gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Meggyes gyümölcs Tea; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Zöldhagyma;	Tejeskávé ízű tej (2)*; Valkém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;
<b>Tízórai</b>	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	EN-300: 15kcal FH=8,59g ZS=10,22g SZH=41,85g CK=9,71g SO=1,52g TZS=4,24g	EN-384: 53kcal FH=13,65g ZS=8,56g SZH=50,87g CK=11,76g SO=1,16g TZS=2,20g	EN-292: 89kcal FH=10,40g ZS=9,83g SZH=40,50g CK=9,46g SO=1,61g TZS=3,44g
<b>Ebéd A</b>	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Kartoflleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Burgonyatözelék (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	EN-292: 60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SO=0,48g TZS=7,38g	EN-266: 85kcal FH=7,90g ZS=12,93g SZH=28,73g CK=0,22g SO=1,57g TZS=5,24g	EN-289: 50kcal FH=5,25g ZS=13,79g SZH=31,08g CK=0,00g SO=0,48g TZS=5,88g
<b>Uzsonna</b>	Sajtós pogácsa (1, 2)*;	EN-893: 73kcal FH=28,46g ZS=36,64g SZH=108,29g CK=20,73g SO=1,10g TZS=2,89g	EN-828: 21kcal FH=26,96g ZS=39,83g SZH=106,16g CK=3,29g SO=1,98g TZS=3,39g	EN-851: 43kcal FH=25,56g ZS=34,81g SZH=102,11g CK=19,48g SO=1,87g TZS=7,72g	EN-868: 81kcal FH=32,86g ZS=37,76g SZH=95,00g CK=9,69g SO=3,14g TZS=0,98g
<b>Vacsora</b>	Eszterházy tokány (1, 2, 11)*; Párolt rizs (5)*;	Joghurt (2)*; Moirnáka (1, 2, 3)*;	EN-303: 60kcal FH=17,36g ZS=14,50g SZH=24,31g CK=0,41g SO=1,70g TZS=8,57g	EN-214: 50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g CK=6,05g SO=0,75g TZS=3,75g	EN-219: 50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,51g CK=0,35g SO=1,84g TZS=4,85g
	Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Főtt burgonya 1/2; Félbarna kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	EN-485: 38kcal FH=22,72g ZS=17,37g SZH=50,99g CK=2,48g SO=1,09g TZS=1,65g	EN-710: 80kcal FH=31,62g ZS=33,94g SZH=64,18g CK=10,31g SO=3,34g TZS=13,19g	EN-598: 45kcal FH=12,93g ZS=30,37g SZH=65,93g CK=1,41g SO=2,36g TZS=11,98g
	Lecsós csirkecombfilé (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;	Kefir (2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	EN-219: 50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=24,31g CK=0,41g SO=1,70g TZS=8,57g	EN-214: 50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g CK=6,05g SO=0,75g TZS=3,75g	EN-219: 50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,51g CK=0,35g SO=1,84g TZS=4,85g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

**Jó élményeket kívánunk**



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

**Étlap név:**  
Klóg

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék;  
mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűk  
Ételünk az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett  
műszakértésainknál.

**"Sulli-Host  
Étkezletési Rendszer  
3.0"**

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>	<b>Vacsora</b>
<b>SZOMBAT</b> 2025.04.12.	Alma dobozos údíró; Virsli (1, 2, 3, 4)*; Mustár (1)*; Félbarna kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Lekvár; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*; Banán;	Pulykasült (5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=360,40kcal FH=10,85g ZS=10,35g SZH=55,70g CK=50,94g SO=1,74g TZS=2,99g	EN=290,40kcal FH=5,91g ZS=4,13g SZH=56,81g CK=15,78g SO=0,86g TZS=0,76g	EN=722,88kcal FH=24,36g ZS=33,52g SZH=71,36g CK=10,94g SO=3,20g TZS=6,41g	EN=335,00kcal FH=4,26g ZS=10,45g SZH=54,39g CK=8,95g SO=0,35g TZS=5,25g	EN=585,94kcal FH=30,72g ZS=20,83g SZH=63,08g CK=3,39g SO=1,34g TZS=4,70g
<b>VASÁRNAP</b> 2025.04.13.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Lige Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Félbarna kenyér (1)*; Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Sajtós szelet (1, 2, 5, 6)*; Rizibizi (5)*;	Alma dobozos údíró 100%; Fonotka (1, 2)*;	Teljedara (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma;
	EN=214,94kcal FH=7,82g ZS=6,28g SZH=39,30g CK=9,40g SO=1,54g TZS=3,92g	EN=272,40kcal FH=10,56g ZS=9,40g SZH=36,12g CK=0,62g SO=1,74g TZS=3,36g	EN=801,98kcal FH=43,70g ZS=28,18g SZH=110,37g CK=7,84g SO=2,26g TZS=5,65g	EN=235,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=37,90g CK=1,90g SO=0,50g TZS=0,70g	EN=433,65kcal FH=14,54g ZS=5,95g SZH=78,71g CK=40,40g SO=0,45g TZS=3,35g

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



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

Étlap név:  
**Kiug**

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

"Suli-Host"  
Étkeztetési Rendszer  
3.0"

	HÉTFŐ 2025.04.14.	KEDD 2025.04.15.	SZERDA 2025.04.16.	CSÜTÖRTÖK 2025.04.17.	PÉNTEK 2025.04.18.
<b>Reggeli</b>	Citromos tea; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;	Csokoládé ízű tej (2)*, Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Tej (2)*; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Tejeskávés ízű tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;
<b>Tízórai</b>	Gyümölcsös krémpoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*; Alma;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Banán; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Kefír (2)*; Fonoitka (1, 2)*;
<b>Ebéd A</b>	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Rizibizi (5)*; Csemege uborka (11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta tepertővel (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Barackos háromszög (1, 2)*; Alma;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Milánói szosz hússal (1)*; Makaróni (1)*; Sajt szórárt (2)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Sulicsirkomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Pírtott dara (1)*;
<b>Uzsonna</b>	Briós (1, 2, 3)*;	Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs;	Túrós buktta (1, 2, 3)*; Alma;	Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kockasajt (2)*;	Csemege szalámi; Bebo Mini Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;
<b>Vacsora</b>	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Finomfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*;	Kakaós csiga (1, 2)*; Zsemle (1)*; Méz; Alma;	Erdei gyümölcsös tea; Bacomos pékángos (1, 2, 13)*;	Mákos burkifli (1, 2)*; Májkrém; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=386,14kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=46,65g CK=12,48g SO=1,52g TZS=9,60g	EN=251,85kcal FH=7,66g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SO=0,70g TZS=3,35g	EN=310,32kcal FH=8,01g ZS=10,59g SZH=44,12g CK=6,16g SO=1,64g TZS=6,32g	EN=235,20kcal FH=7,89g ZS=9,75g SZH=28,95g CK=0,42g SO=1,23g TZS=1,47g	EN=237,50kcal FH=8,85g ZS=6,60g SZH=34,60g CK=7,60g SO=0,65g TZS=4,15g
	EN=364,21kcal FH=12,85g ZS=8,70g SZH=49,35g CK=11,77g SO=0,97g TZS=2,57g	EN=714,33kcal FH=36,92g ZS=27,77g SZH=79,28g CK=6,68g SO=4,09g TZS=5,36g	EN=861,31kcal FH=25,05g ZS=27,94g SZH=124,24g CK=35,27g SO=1,50g TZS=9,94g	EN=840,11kcal FH=35,29g ZS=32,98g SZH=97,65g CK=10,65g SO=2,24g TZS=5,22g	EN=820,94kcal FH=37,77g ZS=22,26g SZH=97,87g CK=29,69g SO=2,21g TZS=1,49g
	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SO=0,45g TZS=2,59g	EN=293,40kcal FH=9,82g ZS=15,90g SZH=27,67g CK=0,36g SO=1,58g TZS=6,04g	EN=261,20kcal FH=9,58g ZS=5,25g SZH=42,70g CK=11,90g SO=0,94g TZS=0,07g	EN=227,40kcal FH=8,42g ZS=7,60g SZH=31,32g CK=0,36g SO=2,08g TZS=4,74g	EN=290,70kcal FH=9,42g ZS=14,20g SZH=31,11g CK=2,86g SO=1,68g TZS=5,14g
	EN=520,58kcal FH=9,12g ZS=15,28g SZH=62,37g CK=15,19g SO=1,39g TZS=1,36g	EN=479,94kcal FH=15,49g ZS=18,07g SZH=58,58g CK=0,17g SO=1,81g TZS=3,79g	EN=530,25kcal FH=8,50g ZS=15,16g SZH=89,04g CK=29,11g SO=1,19g TZS=7,67g	EN=558,90kcal FH=11,38g ZS=13,50g SZH=45,77g CK=9,94g SO=1,40g TZS=5,70g	EN=592,55kcal FH=13,86g ZS=30,25g SZH=64,80g CK=1,63g SO=1,69g TZS=12,28g

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



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

**Étlap név:**  
**Klúg**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO<sub>2</sub>; TZS=Telített zsír; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Fahéj; 11=Mustár; 12=Százammag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszek; 16=Puhatésűek  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkkal.

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

# Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma dobozos üdítő Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcslé	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Alma dobozos üdítő 100% Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	342,20kcal	18,18g	26,72g	4,95g	0,48g	0,36g	0,31g
Baconos péklángos Összetétel: fagy. baconos péklángos 170 g	319,00kcal	11,30g	13,50g	36,30g	0,90g	1,40g	5,70g
Banán Összetétel: Banán	126,00kcal	1,56g	0,00g	29,04g	0,00g	0,00g	0,00g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 70g	565,60kcal	7,70g	20,30g	86,52g	33,32g	0,70g	9,24g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Big Burger Összetétel: Fagy. hamburger pogácsa 120g (Matusz), Fejes saláta, Ketchup, Kigyó uborka, Lapkasajt, Lilahagyma, Paradicsom, Zsemle Hamburger nagy briós 86 g (Matusz)	674,26kcal	31,62g	33,94g	55,13g	1,28g	3,34g	13,19g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,67kcal	7,57g	9,97g	47,65g	1,92g	0,60g	1,23g
Burgonyafőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	311,80kcal	7,51g	6,29g	51,83g	0,13g	0,36g	0,40g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	160,43kcal	3,90g	3,96g	20,31g	1,43g	0,98g	0,40g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	326,30kcal	7,61g	10,89g	45,08g	2,76g	0,49g	4,57g
Citromos tea Összetétel: Betétdij, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	14,00kcal	0,60g	0,10g	2,40g	1,90g	1,50g	0,00g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	330,66kcal	16,06g	26,93g	3,56g	0,55g	0,63g	1,54g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,06kcal	8,80g	10,43g	18,40g	0,00g	1,20g	3,13g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjезesítő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	127,64kcal	3,86g	3,04g	20,66g	1,38g	0,54g	0,41g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Eszterházy tokány Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	283,44kcal	14,14g	21,84g	5,80g	1,74g	0,39g	0,32g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	64,97kcal	0,02g	0,00g	16,11g	16,01g	0,00g	0,00g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	57,28kcal	1,63g	0,22g	11,92g	6,00g	0,22g	0,01g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	126,36kcal	9,81g	7,71g	6,13g	3,49g	3,16g	2,79g
Finomfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. finomfőzelék, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	259,34kcal	8,52g	4,52g	45,10g	14,71g	0,59g	1,03g
Fonotka Összetétel: Fonotka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Forgatott burgonya kocka Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	256,54kcal	5,50g	6,18g	40,48g	0,00g	0,67g	0,60g
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	103,40kcal	2,75g	0,33g	20,24g	0,00g	0,03g	0,00g
Gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. pritamín paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	97,36kcal	3,64g	3,34g	12,59g	1,08g	0,48g	0,26g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gulyásleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	309,34kcal	14,24g	16,98g	22,20g	1,86g	0,56g	0,32g
Gyrosos sertécsíkok Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Gyros fűszerkeverék, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	383,93kcal	19,16g	27,76g	11,70g	0,36g	0,65g	0,41g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	189,62kcal	2,55g	2,20g	38,88g	24,39g	0,12g	0,44g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	61,79kcal	5,99g	3,22g	1,77g	0,04g	0,14g	0,00g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	322,90kcal	15,93g	24,86g	6,77g	0,38g	0,88g	1,48g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Mustár, Virsli Pulyka Gallicoop	467,92kcal	16,97g	17,63g	58,10g	0,60g	2,77g	5,70g
Húsgombóc Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	296,45kcal	16,00g	19,58g	18,41g	0,43g	0,37g	0,12g
Húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	283,46kcal	13,73g	17,33g	16,16g	0,99g	0,50g	0,37g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	664,94kcal	28,01g	30,66g	65,53g	3,27g	1,05g	0,83g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g	209,00kcal	2,70g	10,45g	25,35g	8,95g	0,35g	5,25g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,85kcal	1,00g	1,05g	15,55g	15,00g	0,00g	0,65g
Karfiolleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	158,81kcal	5,23g	3,15g	26,57g	2,40g	0,52g	0,40g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g



# Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	202,31kcal	5,75g	4,13g	33,61g	2,70g	0,65g	0,81g
Lecsős csirkecombfilé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Órölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,91kcal	15,15g	7,40g	3,33g	0,56g	0,50g	0,41g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lencseleves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Natúr 30%-os lecsó, Órölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	251,34kcal	13,66g	4,14g	38,29g	1,80g	0,55g	0,29g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g
Májkrém Összetétel: Sonkás májaskrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mákos búrkifli Összetétel: Búrkifli 'Mákos' 50g, Búrkifli 'Mákos' 70g	269,50kcal	5,25g	13,79g	31,08g	0,00g	0,48g	5,88g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g
Méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Milánói szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	283,31kcal	15,03g	19,35g	10,75g	4,15g	0,84g	1,07g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Mustár Összetétel: Mustár	10,00kcal	0,41g	0,47g	0,88g	0,00g	0,10g	0,02g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g
Narancs Összetétel: Narancs	49,20kcal	0,72g	0,00g	10,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Négyhagymás krémleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	115,17kcal	3,05g	2,80g	19,13g	3,56g	0,45g	0,16g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,48kcal	26,74g	30,33g	55,56g	0,76g	0,79g	0,62g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	228,43kcal	5,40g	5,40g	39,14g	18,78g	0,53g	0,64g
Paradicsommártás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	227,68kcal	5,04g	5,21g	39,50g	17,87g	0,36g	0,55g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Párolt rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzővíz	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	94,01kcal	3,91g	7,36g	0,58g	0,13g	0,52g	2,57g
Pizzás csiga Összetétel: Pizzás csiga 50g, Pizzás csiga 70g	349,60kcal	8,80g	17,60g	37,60g	3,44g	1,52g	9,60g
Pulykasült Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,54kcal	20,44g	9,64g	1,32g	0,24g	0,43g	0,10g

# Étlap melléklet

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

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

## Étlap: Klúg

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Rakott burgonya</b> Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Órölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	585,80kcal	19,69g	28,91g	54,57g	0,70g	1,34g	7,09g
<b>Rántott sajt 'mirelit'</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,75g	11,60g	19,50g	0,75g	0,83g	0,12g
<b>Rizibizi</b> Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	286,08kcal	6,87g	10,50g	60,47g	2,26g	0,45g	1,13g
<b>Sajt szórát</b> Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
<b>Sajtkrém</b> Összetétel: Natúr sajtkrém	74,00kcal	2,60g	5,68g	3,20g	0,00g	0,70g	3,68g
<b>Sajtos korong</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	194,93kcal	9,60g	10,01g	16,00g	0,00g	1,44g	2,93g
<b>Sajtos panírozott halfilé</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,09kcal	12,10g	10,95g	23,10g	1,76g	1,10g	1,57g
<b>Sajtos pogácsa</b> Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
<b>Sajtos szál</b> Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	320,60kcal	5,60g	20,72g	27,09g	1,19g	1,33g	10,43g
<b>Sajtos szelet</b> Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Órölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Trappista sajt	294,77kcal	28,27g	14,56g	11,22g	1,24g	0,88g	4,08g
<b>Sárgaborsókrém-leves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	206,09kcal	9,57g	2,95g	34,15g	1,08g	0,47g	0,31g
<b>Sertés párizsi</b> Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
<b>Sertés sült</b> Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Órölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott'	181,14kcal	20,02g	10,46g	0,59g	0,09g	0,35g	0,30g
<b>Sertéspörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Órölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	340,88kcal	18,20g	26,79g	4,37g	0,78g	0,46g	0,32g
<b>Sonkás krém 50g Eurofood</b> Összetétel: Sonkás májaskrém	127,20kcal	3,68g	12,24g	0,44g	0,00g	0,59g	4,64g
<b>Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs</b> Összetétel: Sonkás májaskrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
<b>Sült debreceni kolbász</b> Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
<b>Tarhonyaleves</b> Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	185,34kcal	4,82g	5,54g	27,35g	2,27g	0,71g	1,30g

## Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
Tejbedara Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	317,60kcal	13,06g	4,90g	54,76g	25,40g	0,45g	2,70g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,76g	4,71g	84,03g	28,80g	0,45g	2,70g
Tejeskávé ízű tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,36g	4,80g	1,60g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejfölös-túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	53,50kcal	5,77g	2,60g	1,40g	0,00g	0,09g	0,00g
Teljes kiőrlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Teljes kiőrlésű gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	184,40kcal	3,32g	6,40g	28,00g	9,20g	0,18g	3,12g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tészta 'Orsó' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta	325,21kcal	8,54g	9,26g	51,87g	2,80g	0,17g	1,11g
Tökfőzelék Összetétel: 10%-os ételeacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	206,43kcal	5,17g	6,02g	31,17g	11,67g	0,37g	0,48g
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors; Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	317,12kcal	5,82g	11,73g	42,51g	0,13g	0,39g	1,20g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	116,00kcal	14,00g	5,00g	3,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Túrós bukta Összetétel: Túrós bukta 50g, Túrós bukta 70g	224,00kcal	9,10g	5,25g	34,30g	11,90g	0,34g	0,07g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.17.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Túrós tészta tepertővel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta	335,07kcal	9,08g	9,96g	51,87g	2,80g	0,47g	2,55g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Virslí Összetétel: Virslí Pulyka Gallicoop	106,00kcal	4,80g	9,20g	0,96g	0,16g	0,80g	2,88g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
Zöldbabfőzelék Összetétel: 10%-os ételectet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	234,07kcal	8,34g	5,55g	35,13g	9,11g	0,38g	0,50g
Zöldborsólevés Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	140,23kcal	5,89g	2,82g	22,00g	3,95g	0,50g	0,40g
Zöldborsólevés csipetkével Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	92,78kcal	4,11g	2,50g	12,69g	3,39g	0,49g	0,32g
Zöldborsós sertés szelet Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	231,80kcal	23,33g	11,04g	8,12g	1,83g	0,36g	0,33g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldhagyma Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,27g	0,09g	2,55g	0,00g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g