

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;		Palóclevés (1, 2, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Tejföl (2)*; Sajt szórát (2)*; Félbarna kenyér (1)*;		Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	
HÉTFŐ 2026.03.02.		EN=268,10kcal FH=10,30g ZS=6,80g SZH=40,90g CK=15,60g SÓ=0,70g TZS=3,80g		EN=185,30kcal FH=6,40g ZS=8,10g SZH=21,60g CK=0,40g SÓ=1,20g TZS=3,10g	
Csipkebogyó tea; Napratorgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldhagyma;		Tavaszi leves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Lencsefőzelék (1, 2, 5, 11)*;		Lekvár; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	
KEDD 2026.03.03.		EN=171,40kcal FH=4,80g ZS=2,90g SZH=30,80g CK=7,30g SÓ=0,60g TZS=0,20g		EN=199,70kcal FH=4,10g ZS=2,40g SZH=40,00g CK=15,60g SÓ=0,70g TZS=0,60g	
Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Fokhagymakrémlés gyöngyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Bácskai rizseshús (5)*; Fejeskáposzta-saláta;		Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	
SZERDA 2026.03.04.		EN=186,80kcal FH=6,30g ZS=5,60g SZH=27,80g CK=7,40g SÓ=1,10g TZS=2,00g		EN=299,90kcal FH=8,10g ZS=7,30g SZH=47,50g CK=21,20g SÓ=0,60g TZS=4,80g	
Tejeskávé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;		Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Kuszkus (1, 5)*;		Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;	
CSÜTÖRTÖK 2026.03.05.		EN=227,70kcal FH=9,50g ZS=4,00g SZH=37,80g CK=10,30g SÓ=0,70g TZS=2,30g		EN=168,30kcal FH=6,30g ZS=4,80g SZH=25,10g CK=1,80g SÓ=1,10g TZS=3,00g	
Eper-meggy gyümölcs tea; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tápai legényfogó leves (1, 2, 3, 5)*; Csirkepörkölt (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Vegyes saláta;		Barackos háromszög (1, 2)*;	
PÉNTEK 2026.03.06.		EN=203,10kcal FH=7,10g ZS=5,90g SZH=28,20g CK=7,40g SÓ=1,00g TZS=2,00g		EN=202,00kcal FH=2,80g ZS=7,20g SZH=30,90g CK=1,90g SÓ=0,20g TZS=3,30g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTO ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Keresztúri út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap név:
Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír.
(*) Allergének: 1=Gluten; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákelték; 11=Mustár; 12=Szezám, 13=Kén-dioxid; 14=Ciliagűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek.
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi-szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetője/jelelője kérhet az intézményben.

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.03.09.	Joghurt (2)*; Fatiórskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Eperkrémleves (1, 2)*; Halrudacsokk panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Majonéz (3, 11)*;	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
KEDD 2026.03.10.	EN-307 20kcal FH=9,80g ZS=9,00g SZH=45,20g CK=12,20g SÓ=0,60g Tzs=5,40g	EN-502 10kcal FH=14,20g ZS=17,10g SZH=68,50g CK=12,70g SÓ=1,30g Tzs=3,60g	EN-214 00kcal FH=4,90g ZS=7,20g SZH=31,90g CK=8,10g SÓ=0,60g Tzs=1,60g
	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Párizskrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 6)*; Szelet kenyér (1)*;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Liahagyma;
SZERDA 2026.03.11.	EN-203 20kcal FH=7,00g ZS=6,40g SZH=28,90g CK=7,30g SÓ=1,30g Tzs=1,40g	EN-587 40kcal FH=23,10g ZS=22,70g SZH=72,80g CK=1,60g SÓ=5,00g Tzs=1,00g	EN-185 70kcal FH=6,30g ZS=5,20g SZH=28,40g CK=2,20g SÓ=1,00g Tzs=2,00g
	Tej (2)*; Liga Margarini; Napraforgómagos fonotka (1, 2, 3)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórát (2)*; Alma;	Vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.03.12.	EN-342 40kcal FH=11,50g ZS=11,90g SZH=46,00g CK=15,40g SÓ=0,80g Tzs=5,20g	EN-588 90kcal FH=23,50g ZS=21,70g SZH=73,00g CK=6,50g SÓ=0,90g Tzs=3,50g	EN-124 90kcal FH=4,30g ZS=2,60g SZH=20,90g CK=0,30g SÓ=0,60g Tzs=0,20g
	Meggyes gyümölcs Tea; Priamin paprikás túrókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Csirkeraingleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11, 15)*; Párolt rizs (5)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
PÉNTEK 2026.03.13.	EN-252 10kcal FH=7,90g ZS=11,30g SZH=29,10g CK=7,60g SÓ=0,70g Tzs=1,20g	EN-532 40kcal FH=26,10g ZS=25,90g SZH=63,40g CK=3,10g SÓ=0,70g Tzs=1,70g	EN-207 40kcal FH=5,50g ZS=4,70g SZH=34,60g CK=1,60g SÓ=1,10g Tzs=2,80g
	Citromos tea; Liga Margarini; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldhagyma;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Főtt tojás (3)*; Spenótfőzelék (1, 2)*; Szelet kenyér (1)*;	Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN-159 80kcal FH=4,20g ZS=2,50g SZH=29,80g CK=7,30g SÓ=0,70g Tzs=0,80g	EN-608 80kcal FH=24,10g ZS=21,50g SZH=75,30g CK=9,20g SÓ=1,70g Tzs=5,70g	EN=169 20kcal FH=7,60g ZS=2,10g SZH=29,50g CK=4,20g SÓ=0,60g Tzs=0,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTOR 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:
Óvoda

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=Páktékák; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Élesztő; 16=Phenol;
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi-szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a Suli-Host Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagövoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.03.16.	Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Lebbensleves (1, 5)*; Priamios sajtfeltfűjt (1, 2, 3)*; Brokkolifőzelék (1, 2, 5)*; Szelet kenyér (1)*; Alma;	Méz; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
KEDD 2026.03.17.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Alma; Molnárka (1, 2, 3)*;
	Tej (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomleves betűtészával (1, 3, 5)*; Szármvas rizottó (5)*; Alma befőtt;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
SZERDA 2026.03.18.	EN=226,20kcal FH=10,00g ZS=5,40g SZH=34,40g CK=10,00g SÓ=1,00g TZS=2,60g	EN=629,50kcal FH=25,60g ZS=15,00g SZH=128,30g CK=23,40g SÓ=0,90g TZS=1,20g	EN=181,70kcal FH=6,10g ZS=8,40g SZH=20,30g CK=0,30g SÓ=1,20g TZS=3,30g
	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Frankfurtileves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Tejbedara (1, 2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*;	Alma; Teavaj (2)*; Rozsos páma (1, 12)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.03.19.	EN=202,70kcal FH=7,10g ZS=5,80g SZH=28,20g CK=7,40g SÓ=0,90g TZS=2,00g	EN=508,80kcal FH=13,40g ZS=13,20g SZH=78,60g CK=43,30g SÓ=0,90g TZS=3,10g	EN=276,10kcal FH=5,30g ZS=10,90g SZH=38,20g CK=0,40g SÓ=0,60g TZS=6,20g
	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;
PÉNTEK 2026.03.20.	EN=214,00kcal FH=4,90g ZS=7,20g SZH=31,90g CK=8,10g SÓ=0,60g TZS=1,60g	EN=661,80kcal FH=20,70g ZS=24,10g SZH=90,80g CK=21,50g SÓ=3,50g TZS=4,80g	EN=193,50kcal FH=4,80g ZS=7,10g SZH=26,80g CK=0,90g SÓ=1,40g TZS=3,60g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Teljes zsír;
(*) Allergének: 1=Gluten; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;
10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szénamag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítősz; 16=Puhítósűk
Ételeink az összevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást helyben a tagövoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.03.23.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; EN=268,10kcal FH=10,30g ZS=6,60g SZH=40,90g CK=15,60g SÓ=0,70g Tzs=3,80g	Fahéjas almaleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Kukoricás bugur (1, 5)*; Majonéz (3, 11)*; EN=821,00kcal FH=18,60g ZS=21,60g SZH=82,30g CK=19,20g SÓ=1,60g Tzs=4,60g	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Sárgarépa; EN=185,80kcal FH=6,40g ZS=5,30g SZH=28,00g CK=2,40g SÓ=1,00g Tzs=2,00g
KEDD 2026.03.24.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fonotika (1, 2)*; EN=253,50kcal FH=10,00g ZS=6,40g SZH=38,30g CK=11,30g SÓ=0,90g Tzs=3,30g	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=655,20kcal FH=18,90g ZS=14,40g SZH=110,50g CK=35,40g SÓ=0,80g Tzs=0,60g	Petrezselymes tejfölösztúró (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek; EN=140,90kcal FH=6,00g ZS=2,20g SZH=21,60g CK=0,30g SÓ=0,70g Tzs=0,20g
SZERDA 2026.03.25.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; EN=251,80kcal FH=7,60g ZS=5,20g SZH=42,30g CK=17,80g SÓ=0,70g Tzs=3,40g	Magyaros húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Szárababfőzelék (1, 2)*; Baromfi fasírt (1, 2, 3, 4, 11)*; EN=553,60kcal FH=28,60g ZS=24,20g SZH=52,00g CK=2,10g SÓ=1,40g Tzs=2,60g	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma; EN=192,50kcal FH=6,70g ZS=5,60g SZH=28,20g CK=0,40g SÓ=1,10g Tzs=2,00g
CSÜTÖRTÖK 2026.03.26.	Limonádé; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa; EN=163,60kcal FH=4,30g ZS=2,50g SZH=30,10g CK=9,10g SÓ=0,70g Tzs=0,80g	Korianderes karfiolkrem leves (2, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Köményes főtt burgonya; Vegyes saláta; EN=558,80kcal FH=21,20g ZS=23,50g SZH=58,70g CK=11,20g SÓ=0,40g Tzs=0,40g	Sajtos rúd (1, 2, 3)*; EN=227,50kcal FH=4,30g ZS=14,20g SZH=19,90g CK=0,30g SÓ=1,00g Tzs=7,10g
PÉNTEK 2026.03.27.	Gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*; EN=238,50kcal FH=6,60g ZS=8,60g SZH=31,60g CK=7,40g SÓ=1,20g Tzs=3,50g	Csontleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=599,10kcal FH=22,70g ZS=22,50g SZH=74,00g CK=3,70g SÓ=0,70g Tzs=1,00g	Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*; Alma; EN=225,70kcal FH=4,00g ZS=8,80g SZH=30,90g CK=0,00g SÓ=0,40g Tzs=0,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:

Óvoda

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=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Fluoridok
Értelmez az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételtek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegepd OVI (www.oiv.szegepd.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a Suli-Host Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjei kérik az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.03.30.	Erdei gyümölcs tea; Lekvár; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Pásztor bulgur (1, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
KEDD 2026.03.31.	EN-211,40kcal FH=4,10g ZS=2,40g SZH=42,70g CK=22,30g SÓ=0,70g TZS=0,80g	EN-583,80kcal FH=22,60g ZS=21,90g SZH=65,10g CK=3,80g SÓ=0,70g TZS=1,10g	EN=197,00kcal FH=3,00g ZS=9,80g SZH=23,60g CK=9,20g SÓ=0,50g TZS=4,90g
	Eper ízű tej (2)*; Fonotka (1, 2)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Göcseji csirkemellsonka (4)*; Teavaj (2)*; Zsemle (1)*;
SZERDA 2026.04.01.	EN-280,80kcal FH=10,20g ZS=4,40g SZH=43,10g CK=11,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN-602,30kcal FH=19,80g ZS=31,50g SZH=74,20g CK=2,00g SÓ=0,70g TZS=3,80g	EN-235,10kcal FH=7,40g ZS=9,70g SZH=28,90g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=6,30g
CSÜTÖRTÖK 2026.04.02.			
PÉNTEK 2026.04.03.			
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk  SULL-HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kengyelgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sull-host.hu Étlap név: Óvoda 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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pinatesítők Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben. Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0			

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-től 2026.03.31.-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 befőtt Összetétel: Alma befőtt	59,50kcal	0,00g	0,00g	54,60g	9,20g	0,00g	0,00g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	394,90kcal	14,50g	22,80g	48,60g	0,40g	0,20g	0,90g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	49,20kcal	0,10g	0,00g	12,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 50g, Fagy. barackos háromszög 70g	202,00kcal	2,80g	7,20g	30,90g	11,90g	0,20g	3,30g
Baromfi fasírt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Frikadell	136,30kcal	7,80g	8,20g	7,20g	0,00g	1,00g	2,00g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	160,60kcal	8,40g	11,50g	4,80g	3,20g	0,40g	0,60g
Brokkolifőzelék Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	108,10kcal	7,10g	2,80g	11,60g	3,30g	0,30g	0,40g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	222,90kcal	5,40g	5,50g	34,50g	1,40g	0,10g	2,20g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	28,40kcal	0,00g	0,00g	7,00g	7,00g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,90kcal	2,20g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,50g
Csipebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	188,50kcal	8,20g	9,40g	17,20g	0,00g	1,10g	2,90g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	147,70kcal	17,20g	7,00g	3,00g	0,50g	0,10g	0,30g
Csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	147,90kcal	11,90g	4,40g	14,20g	2,60g	0,20g	0,30g
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	78,90kcal	2,20g	2,30g	12,00g	0,80g	0,20g	0,30g
Csorbaleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyan, Őrölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	156,60kcal	7,70g	10,40g	6,80g	0,80g	0,50g	0,10g
Daragalskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	132,20kcal	3,80g	3,80g	19,70g	0,70g	0,20g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	326,70kcal	9,70g	3,80g	62,80g	2,40g	0,10g	0,50g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,60kcal	2,20g	5,60g	0,10g	0,10g	0,50g	2,30g
Eper ízű tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjезítő, Tej '1,5%'	113,30kcal	6,20g	3,00g	14,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Eperkrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. eper, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	86,10kcal	1,20g	0,40g	18,80g	10,00g	0,10g	0,20g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Fahéjas almaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	92,60kcal	0,70g	0,80g	19,90g	16,60g	0,10g	0,20g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	81,00kcal	0,00g	0,00g	20,10g	20,00g	0,00g	0,00g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kóménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	36,20kcal	1,00g	0,10g	7,50g	4,00g	0,10g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,70kcal	2,00g	0,20g	12,20g	0,30g	0,30g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	42,70kcal	1,40g	0,20g	8,90g	0,20g	0,20g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,20kcal	4,00g	0,40g	25,00g	0,60g	0,60g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,20kcal	4,00g	0,40g	25,00g	0,60g	0,60g	0,00g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. piramin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,50kcal	8,60g	9,50g	5,80g	3,20g	3,10g	3,00g
Fokhagymakrémleves gyöngyagylóval Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	88,40kcal	2,70g	2,30g	14,00g	1,50g	0,20g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-tól 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Főtt tojás Összetétel: Tojás főzött, tisztított	73,30kcal	5,00g	4,40g	0,30g	0,20g	0,20g	1,40g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	184,90kcal	3,50g	9,30g	16,70g	0,60g	0,60g	0,90g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,20g	0,10g	0,50g	0,30g
Gyümölcs tea Összetétel: Betédíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémm joghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlésű' Összetétel: Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	191,60kcal	3,60g	8,80g	23,20g	0,00g	0,40g	0,00g
Halrudacsák panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott	136,30kcal	7,40g	6,00g	12,80g	0,00g	0,80g	0,50g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	195,10kcal	10,30g	15,80g	1,50g	0,30g	0,40g	0,80g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	215,70kcal	7,70g	7,40g	28,50g	0,30g	1,20g	2,50g
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	477,50kcal	19,10g	20,00g	53,10g	2,70g	0,30g	0,70g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Kakaókrém Összetétel: Kakaókrém	113,20kcal	1,00g	6,80g	11,60g	7,80g	0,00g	1,40g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g, Fagy. kakaós csiga 70g	197,00kcal	3,00g	9,80g	23,60g	9,20g	0,50g	4,90g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,60g	0,30g	0,40g	2,00g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,10g	0,00g	1,10g	0,90g	0,20g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,80kcal	3,50g	1,20g	24,80g	1,60g	0,50g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-tól 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Korianderes karfiolkрем leves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	82,50kcal	2,70g	4,00g	8,00g	2,00g	0,20g	0,20g
Köményes főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Köménymag egész, Só 'jódozott, főzővíz'	188,10kcal	5,00g	0,60g	36,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	283,10kcal	7,50g	6,20g	42,80g	1,30g	0,10g	0,80g
Kuskusz Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuskusz, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	282,90kcal	8,20g	6,80g	45,30g	2,70g	0,10g	0,90g
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, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	110,00kcal	3,20g	2,00g	19,00g	1,50g	0,20g	0,30g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,10g	0,00g	15,00g	15,00g	0,00g	0,00g
Lencsefőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	242,30kcal	14,00g	4,70g	34,60g	3,10g	0,20g	0,30g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma egész	11,90kcal	0,30g	0,00g	2,80g	1,30g	0,00g	0,00g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	32,80kcal	0,00g	0,00g	7,40g	7,30g	0,00g	0,00g
Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	189,60kcal	5,80g	11,70g	14,20g	0,60g	0,50g	3,00g
Magyaros húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	182,30kcal	8,80g	12,10g	8,30g	0,60g	0,30g	0,30g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	164,10kcal	12,10g	4,50g	18,10g	1,50g	0,40g	0,30g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Máros cukor Összetétel: Mák, Porcukor	168,00kcal	2,40g	8,00g	20,60g	15,60g	0,00g	1,00g
Máros metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	264,50kcal	7,30g	6,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,80g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,20kcal	9,70g	14,10g	4,60g	1,20g	0,10g	0,20g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	36,00kcal	0,00g	0,00g	9,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	4,00g	3,90g	30,00g	5,00g	0,40g	2,00g
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,50g	6,90g	36,60g	6,00g	0,40g	2,60g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,90kcal	0,50g	2,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kömény, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	178,10kcal	9,00g	11,50g	8,20g	1,20g	0,20g	0,10g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,10g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtésztaival Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	121,80kcal	2,80g	3,20g	20,30g	12,50g	0,10g	0,40g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	71,30kcal	3,00g	6,00g	1,20g	0,00g	0,70g	1,20g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,40kcal	3,90g	5,70g	47,70g	0,20g	0,10g	0,60g
Pásztor bulgur Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Kömény, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	476,90kcal	17,80g	20,10g	47,60g	0,90g	0,30g	0,80g
Petrezselymes tejfölöszturó Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	35,90kcal	3,80g	1,80g	0,90g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	71,20kcal	3,10g	5,50g	0,50g	0,10g	0,40g	1,80g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Pritamin paprikás túrókrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	120,20kcal	3,90g	10,90g	1,40g	0,30g	0,10g	1,00g
Pritaminos sajtalfűjt Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	183,60kcal	12,10g	9,80g	10,50g	0,20g	0,80g	6,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Részelt tésztalevés Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	85,40kcal	2,60g	2,40g	13,20g	0,40g	0,20g	0,30g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,70kcal	4,90g	2,70g	30,50g	0,40g	0,60g	0,50g
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	233,50kcal	12,70g	15,60g	9,00g	0,60g	0,30g	0,30g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	39,00kcal	3,10g	2,80g	0,40g	0,00g	0,20g	1,90g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	2,00g	4,30g	2,40g	0,00g	0,50g	2,80g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	193,50kcal	4,80g	7,10g	26,80g	0,90g	1,40g	3,60g
Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g, Fagy. sajtos rúd 70 g	227,50kcal	4,30g	14,20g	19,90g	0,90g	1,00g	7,10g
Sárgaborsófőzelék Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	220,00kcal	11,90g	3,60g	33,70g	0,30g	0,10g	0,30g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,40g	0,10g	2,40g	1,50g	0,00g	0,00g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	236,80kcal	12,70g	18,80g	2,50g	0,60g	0,10g	0,20g
Spennőfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	185,70kcal	8,00g	4,80g	27,40g	7,60g	0,20g	1,20g
Szárazbabfőzelék Összetétel: 10%-os ételect, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	235,00kcal	12,00g	3,90g	36,50g	1,50g	0,10g	0,30g
Szárnys rizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	347,20kcal	22,80g	11,80g	53,40g	1,70g	0,80g	0,80g
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz, Tojásmentes szarvacska tészta	264,50kcal	7,30g	6,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,80g
Székelykáposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	295,00kcal	14,00g	18,30g	19,70g	0,10g	4,00g	0,40g
Szelet kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tápai legényfogó leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	121,40kcal	11,10g	4,40g	8,40g	1,80g	0,50g	0,40g
Tavaszi leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	65,70kcal	2,40g	2,10g	8,60g	2,80g	0,10g	0,30g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,00g	8,20g	0,00g	0,00g	0,00g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,30g	2,00g
Tejbedara Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5'	242,90kcal	9,90g	3,90g	41,80g	22,70g	0,30g	2,20g
Tejeskávé ízű tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	100,90kcal	6,00g	2,80g	13,00g	8,70g	0,20g	1,70g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12'	28,40kcal	0,70g	2,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	49,30kcal	1,90g	0,20g	9,90g	0,10g	0,30g	0,10g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	35,80kcal	1,40g	0,20g	7,20g	0,10g	0,20g	0,10g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,20g	0,40g	0,60g	0,40g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	70,80kcal	3,10g	5,40g	0,50g	0,10g	0,30g	1,80g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,40g	2,20g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Vaníliás krémturó Összetétel: Félzsíros tehénturó, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	49,00kcal	3,60g	1,70g	4,50g	3,60g	0,00g	0,00g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigyo uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	51,40kcal	0,80g	0,10g	11,40g	8,60g	0,10g	0,00g
Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	100,00kcal	4,30g	2,00g	15,60g	2,90g	0,20g	0,30g
Zöldborsóleves 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	70,90kcal	3,40g	1,60g	10,30g	2,60g	0,20g	0,20g
Zöldborsós aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	184,70kcal	9,80g	14,10g	3,30g	1,10g	0,10g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.03.02.-tól 2026.03.31.-ig

[illegible]