

Ebéd A

HÉTFŐ 2026.08.03.	Ősziparack krémleves (1, 2)*; Rántott csirkemell (1, 2, 3)*; Törtburgonya (5)*; Csemege uborka (11, 15)*; EN=784,00kcal FH=26,00g ZS=19,30g SZH=119,90g CK=34,70g SÓ=3,80g Tzs=1,50g Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1, 2)*; Alma; EN=1 109,10kcal FH=36,00g ZS=39,60g SZH=146,20g CK=56,20g SÓ=1,20g Tzs=5,80g Lencseleves sertéshússal (1, 2, 11)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Tejbegríz (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; EN=780,90kcal FH=40,80g ZS=16,80g SZH=113,50g CK=47,50g SÓ=1,60g Tzs=3,90g Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Halrudacsok panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Görgödinnye; EN=865,70kcal FH=27,40g ZS=23,50g SZH=122,70g CK=3,50g SÓ=2,40g Tzs=2,70g Lebbensleves (1, 5)*; Kelkáposzta főzelék (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=802,00kcal FH=26,10g ZS=33,80g SZH=94,40g CK=4,20g SÓ=3,10g Tzs=9,20g
PÉNTEK 2026.08.07.	
CSÜTÖRTÖK 2026.08.06.	
SZERDA 2026.08.05.	
KEDD 2026.08.04.	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola - Szociális

Tápanyagtartalom: EN=Számlolt 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=Fakéfélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Pinhateszték

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Ebéd A

Szárazbableves sertéshússal (1, 5)*; Ízes fánk (1, 2, 3)*; Körte;

SZOMBAT
2026.08.08.

EN=888,20kcal FH=30,30g ZS=28,60g SZH=121,00g CK=34,50g SÓ=1,70g TZS=4,80g

VASÁRNAP
2026.08.09.

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola - Szociális

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=Ráktéték; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Ebéd A

HÉTFŐ 2026.08.10.	Körtékrémleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Csemege uborka (11, 15)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;
	EN=908,10kcal FH=23,50g ZS=25,80g SZH=138,30g CK=41,80g SÓ=3,80g TZS=6,20g
	Kertészleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Szelet kenyér (1)*;
KEDD 2026.08.11.	
	EN=761,50kcal FH=29,60g ZS=30,00g SZH=107,00g CK=9,30g SÓ=5,20g TZS=0,90g
	Favágóleves (1, 2, 3, 5)*; Forgatott burgonya kocka (5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Szelet kenyér (1)*;
SZERDA 2026.08.12.	
	EN=1 210,20kcal FH=49,40g ZS=50,20g SZH=131,80g CK=2,20g SÓ=5,80g TZS=8,30g
	Rostos gyümölcslé; Bakonyi szelet (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Sport szelet (2, 6, 8)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.08.13.	
	EN=958,50kcal FH=35,90g ZS=43,80g SZH=121,20g CK=7,50g SÓ=0,80g TZS=2,30g
	Paradisomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Fejeskáposzta-saláta;
PÉNTEK 2026.08.14.	
	EN=834,20kcal FH=42,80g ZS=22,90g SZH=140,20g CK=30,20g SÓ=1,70g TZS=1,90g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola - Szociális

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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogtató; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Ebéd A

Ebéd A	
HÉTFŐ 2026.08.17.	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Rántott sajt (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;
	EN=1 130,20kcal FH=50,70g ZS=44,30g SZH=126,50g CK=7,80g SÓ=3,10g TZS=2,20g
	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;
KEDD 2026.08.18.	EN=992,10kcal FH=29,60g ZS=41,90g SZH=119,30g CK=24,30g SÓ=0,70g TZS=3,30g
	Tejszínes eperleves (1, 2)*; Temesvári sertés szelet (1, 2, 3, 5)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;
SZERDA 2026.08.19.	EN=855,70kcal FH=37,50g ZS=26,20g SZH=104,70g CK=18,30g SÓ=1,40g TZS=2,80g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.20.	
PÉNTEK 2026.08.21.	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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=Naktfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesfűszér; 16=Punatestűek

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

Suli-Host VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: email@suli-host.hu

Iskola - Szociális

Étlap név:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
Iskola - Szociális

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Ebéd A

HÉTFŐ 2026.08.24.	Gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtos panirozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Kuskusz (1, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=1 186,80kcal FH=42,10g ZS=34,60g SZH=172,10g CK=37,00g SÓ=3,10g Tzs=5,10g
	Tejfőös karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Uborkasaláta; Szelet kenyér (1)*;
KEDD 2026.08.25.	EN=801,10kcal FH=43,40g ZS=20,60g SZH=107,00g CK=9,80g SÓ=2,60g Tzs=1,00g
	Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Barackos croissant (1, 2)*;
SZERDA 2026.08.26.	EN=946,60kcal FH=40,40g ZS=37,70g SZH=140,00g CK=8,40g SÓ=1,80g Tzs=7,70g
	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor;
CSÜTÖRTÖK 2026.08.27.	EN=887,10kcal FH=27,00g ZS=28,30g SZH=128,30g CK=32,60g SÓ=0,90g Tzs=1,70g
	Csontleves (1, 3, 5)*; Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vegyes gyümölcsmártás (1, 2)*; Főtt burgonya 1/2; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;
PÉNTEK 2026.08.28.	EN=771,90kcal FH=37,20g ZS=15,70g SZH=105,20g CK=44,50g SÓ=1,90g Tzs=1,40g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTO 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:
Iskola - Szociális

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=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek
Ételeink az összelevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Ebéd A

Limonádé; Sertéspörkölt (1)*; Tarhonya (1)*; Fejeskáposzta-saláta;

EN=695,00kcal FH=34,40g ZS=19,40g SZH=92,70g CK=20,20g SÓ=1,10g Tzs=1,40g

HÉTFŐ
2026.08.31.

KEDD
2026.09.01.

SZERDA
2026.09.02.

CSÜTÖRTÖK
2026.09.03.

PÉNTEK
2026.09.04.

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola - Szociális

Tápanyegtartalom: 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=Ráktétel; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Cillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek
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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola - Szociális

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma	43,40kcal	0,60g	0,00g	9,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Alma							
Bakonyi szelet	242,60kcal	22,40g	13,90g	5,50g	0,40g	0,60g	1,00g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Baracklekvár	73,80kcal	0,10g	0,00g	18,10g	18,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Sárgabarack lekvár							
Barackos croissant	260,60kcal	3,80g	12,70g	34,40g	0,00g	0,50g	5,80g
Összetétel: Croissant barack ízű töltelékkel 45g csomagolt, Croissant barack ízű töltelékkel 65g csomagolt							
Bulgur	406,90kcal	9,70g	9,30g	61,20g	2,40g	0,60g	1,20g
Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Csemege uborka	14,00kcal	0,60g	0,10g	2,40g	1,90g	1,50g	0,00g
Összetétel: Csemege uborka							
Csirke nuggets	311,30kcal	13,20g	16,10g	27,60g	0,00g	1,80g	4,70g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets							
Csirkeraguleves	284,00kcal	23,30g	7,90g	28,40g	4,10g	0,60g	0,50g
Összetétel: Étélizesítő 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							
Csontleves	96,90kcal	2,80g	3,00g	14,10g	1,20g	0,60g	0,40g
Összetétel: Étélizesítő 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							
Daragaluska leves	226,60kcal	6,50g	5,40g	36,20g	1,10g	0,60g	0,70g
Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma							
Darás metélt	502,50kcal	13,60g	10,70g	87,20g	3,60g	0,20g	1,30g
Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta							
Erdei gyümölcs öntet	181,30kcal	2,70g	0,90g	39,10g	19,90g	0,30g	0,30g
Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. eper, Fagy. erdei keverék, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg							
Favágóleves	247,60kcal	13,10g	17,90g	6,90g	1,40g	0,70g	0,30g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma							
Fejeskáposzta-saláta	53,50kcal	1,60g	0,20g	10,90g	5,00g	0,20g	0,00g
Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'							
Félbarna kenyér	112,10kcal	3,70g	0,40g	23,40g	0,50g	0,60g	0,00g
Összetétel: Félbarna kenyér							
Forgatott burgonya kocka	321,20kcal	7,00g	7,30g	51,50g	0,00g	0,70g	0,70g
Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'							
Főtt burgonya 1/2	117,50kcal	3,10g	0,40g	23,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'							
Gombaleves	88,40kcal	3,50g	3,70g	9,70g	1,20g	0,50g	0,30g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola - Szociális

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Görögdinnye Összetétel: Görögdinnye	29,00kcal	0,00g	0,00g	6,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	191,60kcal	2,60g	2,40g	39,30g	23,90g	0,10g	0,70g
Halrudacsok panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott	203,20kcal	11,20g	8,80g	19,30g	0,00g	1,20g	0,80g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Őrölt, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félégházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	270,80kcal	13,30g	17,60g	13,00g	1,00g	0,70g	0,40g
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	521,50kcal	21,40g	26,70g	63,30g	6,60g	3,80g	0,50g
Ízes fánk Összetétel: Bécsi fánk áfonyás 70g	445,20kcal	9,10g	11,30g	73,90g	33,30g	1,10g	4,50g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	79,10kcal	0,80g	0,80g	16,40g	16,00g	0,00g	0,50g
Kelkáposzta főzelék Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	220,90kcal	6,90g	3,50g	38,70g	0,50g	0,30g	0,30g
Kertészleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	79,80kcal	2,90g	2,70g	10,30g	1,90g	0,60g	0,30g
Körte Összetétel: Körte	78,00kcal	0,60g	0,00g	18,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Körtekrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. körte, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	161,20kcal	1,10g	0,80g	37,60g	32,70g	0,10g	0,20g
Kukorica prósza Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kefir literes, Kristálycukor, Kukoricadara, Tejföl '12%', Tojáslé	665,20kcal	12,60g	31,10g	80,60g	34,10g	0,20g	5,00g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	434,50kcal	11,80g	9,40g	65,90g	2,10g	0,60g	1,20g
Kuskusz Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuskusz, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	464,00kcal	13,70g	10,40g	75,70g	4,60g	0,60g	1,30g
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 fodoros kocka tészta, Vöröshagyma	202,50kcal	5,60g	5,00g	31,70g	3,00g	0,70g	1,00g
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Őrölt, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	301,90kcal	23,70g	10,60g	26,00g	2,40g	0,50g	0,40g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	47,20kcal	0,00g	0,00g	10,60g	10,50g	0,00g	0,00g
Magyaros sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pritamin paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma	249,20kcal	27,60g	9,90g	2,40g	0,50g	0,90g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola - Szociális

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Majonéz Összetétel: Majonéz	85,20kcal	0,20g	7,70g	3,60g	2,00g	0,50g	1,00g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	245,50kcal	3,90g	13,00g	26,60g	18,50g	0,00g	1,60g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	396,80kcal	11,00g	9,50g	66,70g	3,60g	0,20g	1,20g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	266,60kcal	26,60g	10,00g	16,60g	7,00g	0,40g	0,40g
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,90g	1,40g	15,20g	7,00g	0,00g	0,60g
Őszibarack krémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. őszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	177,40kcal	2,20g	1,30g	39,30g	27,60g	0,10g	0,40g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Őrölt, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	306,40kcal	14,10g	19,40g	16,20g	2,20g	0,50g	0,50g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	523,50kcal	34,30g	16,20g	57,50g	1,00g	0,80g	0,60g
Paradicsomleves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	212,10kcal	4,60g	4,80g	37,20g	21,70g	0,60g	0,60g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	331,00kcal	6,50g	11,30g	79,30g	0,20g	0,40g	1,20g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	343,00kcal	7,70g	7,40g	55,50g	0,20g	0,40g	0,70g
Porcukor Összetétel: Porcukor	40,00kcal	0,00g	0,00g	10,00g	10,00g	0,00g	0,00g
Rántott csirkemell Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott csirkemell filé	225,80kcal	15,60g	7,80g	22,80g	5,00g	1,80g	0,10g
Rántott sajt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	418,00kcal	19,50g	21,30g	39,00g	1,50g	1,60g	0,00g
Rostos gyümölcslé Összetétel: Gyümölcslé sűrítőanyag	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	481,20kcal	24,00g	24,40g	40,00g	0,00g	3,60g	7,20g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	477,70kcal	24,20g	21,60g	46,20g	3,50g	2,20g	3,10g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	211,40kcal	21,70g	11,50g	4,00g	0,90g	0,50g	0,40g