

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
<b>HÉTFŐ</b> 2026.05.04. EN=306,50kcal FH=11,60g ZS=10,10g SZH=41,90g CK=16,90g SO=0,80g Tzs=5,20g EN=802,60kcal FH=28,90g ZS=22,90g SZH=117,10g CK=16,70g SO=1,90g Tzs=1,20g EN=247,40kcal FH=9,00g ZS=7,70g SZH=35,40g CK=2,90g SO=2,00g Tzs=4,70g		<b>Tízórai</b> Tej (2)*; Liga Margarin; Molnárka (1, 2, 3)*; Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott sajt (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Vegyes saláta;		Kockasajt (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;	
<b>KEDD</b> 2026.05.05. EN=300,90kcal FH=10,30g ZS=9,40g SZH=43,60g CK=10,10g SO=1,70g Tzs=3,20g EN=812,90kcal FH=28,00g ZS=32,90g SZH=165,60g CK=31,70g SO=1,50g Tzs=1,60g EN=201,00kcal FH=5,30g ZS=3,00g SZH=39,60g CK=12,80g SO=0,90g Tzs=0,90g		Erdei-bodzás gyümölcs tea; Sertés párzsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsomleves betűszóval (1, 3, 5)*; Tavasszi rizottó (5)*; Alma befőtt;		Méz; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
<b>SZERDA</b> 2026.05.06. EN=254,90kcal FH=8,40g ZS=6,50g SZH=40,80g CK=9,40g SO=1,50g Tzs=3,90g EN=635,10kcal FH=27,90g ZS=35,50g SZH=97,60g CK=37,60g SO=0,70g Tzs=4,80g EN=239,40kcal FH=6,10g ZS=7,20g SZH=37,60g CK=6,40g SO=0,60g Tzs=3,10g		Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika; Dörögsei csirkereguleves (1, 2, 3, 5)*; Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1)*;		Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.05.07. EN=296,10kcal FH=13,70g ZS=9,10g SZH=40,30g CK=12,20g SO=1,20g Tzs=2,70g EN=845,70kcal FH=32,90g ZS=34,00g SZH=98,20g CK=5,00g SO=1,80g Tzs=4,90g EN=275,80kcal FH=4,10g ZS=13,80g SZH=33,00g CK=12,90g SO=0,70g Tzs=6,90g		Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Gyulásleves (1, 3, 5)*; Sajtos metélt (1)*; Tejföl (2)*; Sajt szórat (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;		Kakaós csiga (1, 2)*;	
<b>PÉNTEK</b> 2026.05.08. EN=240,70kcal FH=11,00g ZS=3,10g SZH=41,50g CK=13,00g SO=0,80g Tzs=0,20g EN=912,20kcal FH=33,30g ZS=37,30g SZH=101,90g CK=3,80g SO=1,70g Tzs=1,50g EN=299,20kcal FH=12,10g ZS=5,10g SZH=36,40g CK=1,10g SO=1,90g Tzs=1,50g		Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Lebbencsleves (1, 5)*; Fokhagymás aprópecsenye (1, 5)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;		Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldhagyma;	

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



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

**Étlap név:**  
**Iskola 'B'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; Tzs=Telített zsírf.; Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=En-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.

**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.05.11.	Tej (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Baracklekvár; Liga Margarin;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Halrudacsokkákpantrozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Rizibizí (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
<b>KEDD</b> 2026.05.12.	Meggyes gyümölcs Tea; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldhagyma;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórát (2)*;	Briós (1, 2, 3)*;
<b>SZERDA</b> 2026.05.13.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Debreceni aprópecsenye (1, 2, 4)*; Szárazabfőzelék (1, 2)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.05.14.	Citromos tea; Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Főtt burgonya 1/2;	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
<b>PÉNTEK</b> 2026.05.15.	Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*;	Gesztenyés párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;

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



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

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

E-mail: [aradi@sulli-host.hu](mailto:aradi@sulli-host.hu)

**Étlap név:**

**Iskola 'B'**

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéték; 11=Múslár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Edesfűszer; 16=Funahatásúak  
Ételleink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

**Sulli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2026.05.18.	Tej (2)*; Csokoládés gabonapehely (1, 8)*;  EN=227,30kcal FH=9,40g ZS=5,10g SZH=37,80g CK=11,80g SÓ=0,40g TZS=2,80g	Eperkrémleves (1, 2)*; Rántott csirkemell (1, 2, 3)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;	Baracklekvár; Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;  EN=295,00kcal FH=5,30g ZS=10,40g SZH=45,20g CK=18,40g SÓ=0,80g TZS=7,00g
<b>KEDD</b> 2026.05.19.	Eper-meggy gyümölcs tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Mustár (11)*;  EN=292,10kcal FH=9,40g ZS=10,20g SZH=39,10g CK=9,30g SÓ=1,50g TZS=3,20g	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Hertes tokány (1, 11, 15)*; Bulgur (1, 5)*;  EN=779,80kcal FH=26,50g ZS=37,70g SZH=73,60g CK=5,90g SÓ=1,90g TZS=2,90g	Párizskrém (1, 2, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Hónapos retek;  EN=254,90kcal FH=9,60g ZS=8,50g SZH=34,90g CK=0,80g SÓ=1,70g TZS=1,90g
<b>SZERDA</b> 2026.05.20.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*;  EN=258,50kcal FH=11,30g ZS=3,80g SZH=44,20g CK=9,80g SÓ=0,90g TZS=0,10g	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Natur sertés szelet (1, 5)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;  EN=893,10kcal FH=44,00g ZS=31,80g SZH=102,00g CK=32,20g SÓ=1,30g TZS=1,10g	Diákeselege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;  EN=275,40kcal FH=9,50g ZS=12,50g SZH=31,30g CK=3,10g SÓ=1,70g TZS=4,70g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.05.21.	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;  EN=219,80kcal FH=6,60g ZS=6,60g SZH=30,80g CK=7,60g SÓ=0,70g TZS=4,20g	Frankfurtleves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;  EN=208,40kcal FH=7,80g ZS=6,30g SZH=30,30g CK=0,40g SÓ=1,50g TZS=3,90g
<b>PÉNTEK</b> 2026.05.22.	Erdei gyümölcs tea; Liga Margarin; Zala felvágott (4)*; Zsemle (1)*;  EN=284,70kcal FH=10,00g ZS=9,70g SZH=39,00g CK=9,50g SÓ=1,60g TZS=3,40g	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Szelet kenyér (1)*;  EN=894,10kcal FH=31,90g ZS=33,90g SZH=129,50g CK=12,60g SÓ=4,90g TZS=1,40g	Vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldhagyma;  EN=195,20kcal FH=6,40g ZS=5,10g SZH=30,90g CK=0,40g SÓ=0,90g TZS=0,20g

## Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk



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

Iskola 'B'

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=Csillogfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Fuhaszték

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

Suli-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2026.05.25.	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*; Alma;	Vágott tojásleves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;	Pritamin paprikás túrókrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	
EN=286,70kcal FH=8,90g ZS=4,80g SZH=49,70g CK=16,60g SÓ=0,80g TZS=3,10g	EN=868,00kcal FH=34,50g ZS=42,00g SZH=77,30g CK=4,50g SÓ=2,10g TZS=7,00g	EN=298,40kcal FH=11,20g ZS=12,30g SZH=55,30g CK=1,10g SÓ=0,90g TZS=1,10g	
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Liga Margarin; Rozsos párna (1, 12)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Bakonyi aprópecsenye (1, 2)*; Galuska (1, 3)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;	
EN=231,20kcal FH=5,10g ZS=5,10g SZH=40,10g CK=9,50g SÓ=0,70g TZS=1,20g	EN=944,00kcal FH=49,10g ZS=39,90g SZH=138,30g CK=1,80g SÓ=1,50g TZS=2,60g	EN=280,80kcal FH=9,50g ZS=13,10g SZH=91,20g CK=3,00g SÓ=1,70g TZS=5,10g	
Madártej ízü tej (2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*; Liga Margarin;	Koranderes karfiolkrem leves (2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Vegyes saláta;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;	
EN=381,60kcal FH=12,90g ZS=11,00g SZH=57,10g CK=17,90g SÓ=0,80g TZS=5,40g	EN=923,20kcal FH=34,70g ZS=39,50g SZH=103,70g CK=1,80g SÓ=1,90g TZS=1,00g	EN=318,50kcal FH=6,10g ZS=19,90g SZH=27,80g CK=1,30g SÓ=1,50g TZS=9,90g	
Meggyes gyümölcs Tea; Teavaj (2)*; Fonotka (1, 2)*;	Szárzabbleves sertéshússal (1, 5)*; Ízes fánk (1, 2, 3)*;	Zöldpaprika; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
EN=274,20kcal FH=4,10g ZS=11,20g SZH=38,40g CK=10,90g SÓ=0,50g TZS=7,50g	EN=791,00kcal FH=28,80g ZS=27,10g SZH=102,60g CK=3,40g SÓ=1,60g TZS=4,80g	EN=251,60kcal FH=9,80g ZS=10,40g SZH=29,80g CK=4,00g SÓ=1,70g TZS=4,10g	

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



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

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

E-mail: mail@sull-host.hu

**Étlap név:**  
**Iskola 'B'**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsírok; (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Én-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

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

**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

## Étlap melléklet

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

**Étlap: Iskola 'B'**

**Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,50g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	68,00kcal	0,00g	0,00g	62,40g	10,60g	0,00g	0,00g
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	222,30kcal	2,80g	1,70g	47,20g	28,20g	0,30g	0,30g
Bakonyi aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	317,00kcal	15,70g	24,40g	6,40g	0,30g	0,50g	0,90g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,10g	0,00g	18,10g	18,00g	0,00g	0,00g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sült paradicsom, Vöröshagyma	281,90kcal	15,10g	20,70g	7,00g	4,60g	0,60g	0,70g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,50g	5,20g	50,10g	16,40g	0,50g	2,60g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,70kcal	7,60g	10,00g	47,70g	1,90g	0,60g	1,20g
Burgonyafőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	311,80kcal	7,50g	6,30g	51,80g	0,10g	0,40g	0,40g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	334,40kcal	7,60g	11,80g	45,10g	2,80g	0,50g	5,00g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,50kcal	0,00g	0,00g	9,00g	9,00g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,80g	4,20g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Csokoládés gabonapehely Összetétel: Csokoládés gabonapehely 30g	117,30kcal	1,90g	1,30g	25,80g	0,00g	0,10g	0,30g
Daragaluskaleves 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	220,10kcal	6,40g	5,20g	35,10g	1,50g	0,60g	0,70g
Debreceni aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsókolbász, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	291,30kcal	15,10g	23,50g	3,00g	0,50g	0,60g	1,40g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Dörögicsei csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	206,00kcal	16,40g	8,20g	16,30g	2,10g	0,50g	0,40g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: Iskola 'B'**

**Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Eperkrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. eper, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	171,30kcal	1,90g	0,90g	37,70g	13,30g	0,20g	0,40g
Erdői gyümölcs öntet Összetétel: Fagy. erdei keverék, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Puding por, Szegfűszeg	46,90kcal	0,40g	0,10g	10,80g	6,10g	0,00g	0,00g
Erdői gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Erdel-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	158,10kcal	1,90g	1,70g	32,70g	25,50g	0,10g	0,80g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,70g	0,30g	16,70g	0,40g	0,40g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,10kcal	2,10g	0,20g	13,30g	0,30g	0,30g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Fokhagymás aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	334,00kcal	18,00g	26,70g	3,20g	0,50g	0,30g	0,30g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	217,80kcal	5,00g	4,80g	37,50g	6,30g	0,50g	2,40g
Fonotka Összetétel: Fonotka 50g	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	103,40kcal	2,80g	0,30g	20,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levelezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	309,90kcal	5,20g	17,30g	23,70g	0,90g	1,40g	1,70g
Galuska Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, főzővíz'	406,90kcal	27,00g	10,30g	96,80g	0,00g	0,40g	1,00g
Gesztyénés párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztyénés párna 50 g, Fagy. gesztyénés rúd 70 g	236,60kcal	4,00g	10,10g	31,80g	0,00g	0,40g	4,60g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	44,80kcal	6,40g	2,00g	0,40g	0,20g	1,00g	0,70g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Gulyásleves</b> Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	309,30kcal	14,20g	17,00g	22,20g	1,90g	0,60g	0,30g
<b>Gyümölcsös joghurt</b> Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
<b>Halrudacsák panírozott</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott	205,70kcal	11,20g	9,10g	19,30g	0,00g	1,20g	0,80g
<b>Házi körözött</b> Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejfől '12%', Vöröshagyma	61,80kcal	6,00g	3,20g	1,80g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Hentes tokány</b> 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	322,90kcal	15,90g	24,90g	6,80g	0,40g	0,90g	1,50g
<b>Hónapos retek</b> Összetétel: Hónapos retek	0,80kcal	0,00g	0,00g	0,10g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Hot-Dog</b> Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	242,20kcal	8,90g	9,70g	28,70g	0,30g	1,40g	3,20g
<b>Húsgombóc</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	303,30kcal	16,20g	19,60g	20,80g	0,40g	0,40g	0,10g
<b>Húsos lecsó</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	540,10kcal	21,20g	27,60g	66,30g	10,60g	3,50g	0,60g
<b>Ízes fánk</b> Összetétel: Bécsi fánk áfonyás 70g	445,20kcal	9,10g	11,30g	73,90g	33,30g	1,10g	4,50g
<b>Joghurt</b> Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
<b>Kakaókrém</b> Összetétel: Kakaókrém	141,50kcal	1,20g	8,50g	14,50g	9,80g	0,00g	1,80g
<b>Kakaós csiga</b> Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g, Fagy. kakaós csiga 70g	275,80kcal	4,10g	13,60g	33,00g	12,90g	0,70g	6,90g
<b>Kakaós cukor</b> Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,80kcal	1,00g	1,00g	15,60g	15,00g	0,00g	0,60g
<b>Karfiolleves</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	158,80kcal	5,20g	3,10g	26,60g	2,40g	0,50g	0,40g
<b>Kenőmájás</b> Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,20g	0,50g	0,90g	3,90g
<b>Kifli</b> Összetétel: Kifli 43g	126,80kcal	3,50g	1,20g	24,80g	1,60g	0,50g	0,60g
<b>Kockasajt</b> Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: Iskola 'B'**

**Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Korianderes karfiolkrém leves</b> Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	98,60kcal	3,30g	4,60g	9,90g	2,40g	0,50g	0,30g
<b>Kukorica prósza</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kefir literes, Kristálycukor, Kukoricadara, Tejföl '12%', Tojáslé	582,20kcal	11,10g	27,20g	70,50g	29,40g	0,20g	4,40g
<b>Lebbencsleves</b> Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő 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	202,30kcal	5,70g	4,10g	33,60g	2,70g	0,70g	0,80g
<b>Levesgyöngy</b> Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	8,00g	0,90g	0,10g	0,00g
<b>Liga Margarin</b> Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,10g	2,40g	0,10g	0,10g	0,10g	0,70g
<b>Madártej ízű tej</b> Összetétel: Gf instant madártej ízű tejzesítő, Tej '1,5%'	142,20kcal	7,80g	3,80g	19,50g	11,50g	0,20g	2,30g
<b>Májgaluskaleves</b> Összetétel: Étélizetítő 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	258,50kcal	16,90g	7,60g	29,30g	2,00g	0,80g	0,60g
<b>Majonéz</b> Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
<b>Makaróni</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,30kcal	8,50g	6,50g	51,90g	2,80g	0,20g	0,80g
<b>Mákos cukor</b> Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,90g	0,00g	1,50g
<b>Mákos metélt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,60kcal	8,50g	7,40g	51,90g	2,80g	0,20g	0,90g
<b>Meggyes gyümölcs Tea</b> Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
<b>Méz</b> Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,00g	0,00g	12,40g	12,30g	0,00g	0,00g
<b>Molnárka</b> Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	4,00g	3,90g	30,00g	5,00g	0,40g	2,00g
<b>Mustár</b> Összetétel: Mustár	10,00kcal	0,40g	0,50g	0,90g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Napraforgómagos vajkrém</b> Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,70kcal	1,00g	4,70g	1,40g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Natur sertés szelet</b> Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szelettel	182,60kcal	21,50g	8,60g	3,50g	0,20g	0,00g	0,00g
<b>Négyhagymás krémleves</b> 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	115,20kcal	3,00g	2,80g	19,10g	3,60g	0,40g	0,20g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'B'

Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Palócleves</b> Összetétel: Babérlevél, 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	270,40kcal	12,70g	17,10g	14,00g	1,50g	0,50g	0,40g
<b>Paprikásburgonya</b> 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 lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,50kcal	26,70g	30,30g	55,60g	0,80g	0,80g	0,60g
<b>Paradicsomleves betűtésztával</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	235,70kcal	5,60g	5,40g	40,60g	18,80g	0,50g	0,60g
<b>Paradicsommártás</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	227,70kcal	5,00g	5,20g	39,50g	17,90g	0,40g	0,60g
<b>Párizsikrém</b> Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	93,90kcal	4,30g	7,90g	1,40g	0,00g	0,90g	1,80g
<b>Petrezselymes burgonya</b> Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,00kcal	5,90g	8,10g	42,60g	0,20g	0,40g	0,80g
<b>Pírtott dara</b> Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	172,40kcal	3,80g	4,10g	29,40g	0,00g	0,50g	0,40g
<b>Pritamin paprikás túrókrém</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	138,20kcal	5,90g	11,70g	1,90g	0,30g	0,10g	1,00g
<b>Rántott csirkemell</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott csirkemell filé	187,20kcal	13,00g	6,40g	19,00g	4,20g	1,50g	0,00g
<b>Rántott sajt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,80g	11,60g	19,50g	0,80g	0,80g	0,10g
<b>Reszelt tésztaleves</b> 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	193,80kcal	5,40g	5,70g	29,80g	1,20g	0,60g	0,70g
<b>Rizibizi</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	286,10kcal	6,90g	10,50g	60,50g	2,30g	0,50g	1,10g
<b>Rozsos párna</b> Összetétel: Rozsos párna 56g	169,70kcal	4,90g	2,70g	30,50g	0,40g	0,60g	0,50g
<b>Rúdvagdalt</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	332,90kcal	18,30g	23,30g	9,90g	0,80g	0,60g	0,40g
<b>Sajt szórat</b> Összetétel: Trappista sajt	78,00kcal	6,20g	5,50g	0,80g	0,00g	0,50g	3,80g
<b>Sajt szórat</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	5,70g	3,20g	0,00g	0,70g	3,70g
<b>Sajtos metélt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	300,30kcal	8,50g	6,50g	51,90g	2,80g	0,20g	0,80g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: Iskola 'B'**

**Időszak: 2026.05.01.-től 2026.05.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g, Fagy. sajtos rúd 70 g	318,50kcal	6,10g	19,90g	27,80g	1,30g	1,50g	9,90g
Sárgaborsókrém-leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	213,30kcal	9,80g	3,00g	35,60g	1,10g	0,50g	0,30g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,00g	2,50g	0,00g	0,00g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	315,80kcal	15,90g	17,40g	21,90g	3,80g	0,50g	0,40g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,40g	4,00g	2,00g	0,20g	0,80g	0,30g
Szárazbabszósz Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	352,70kcal	17,30g	6,40g	54,30g	1,90g	0,30g	0,50g
Szárazbableves sertéshússal Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	345,80kcal	19,70g	15,80g	28,70g	1,10g	0,50g	0,30g
Szelet kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	185,30kcal	4,80g	5,50g	27,30g	2,30g	0,70g	1,30g
Tavaszi rizottó Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	509,20kcal	20,40g	27,50g	62,80g	2,30g	1,00g	1,00g
Teavaj Összetétel: Teavaj	86,80kcal	0,00g	9,80g	0,00g	0,00g	0,00g	6,80g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,80g	11,80g	11,80g	0,30g	2,50g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,80g	4,70g	84,00g	28,80g	0,40g	2,70g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,40g	4,80g	1,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Teljes kiőrlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,80g	0,40g	0,60g	0,30g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	53,80kcal	2,10g	0,20g	10,80g	0,10g	0,30g	0,10g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	134,40kcal	5,20g	0,60g	27,10g	0,40g	0,80g	0,20g

