

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.03.29.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Sajtkrém (2, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Zsemle 'Lenmagos' (1)*;	Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Hosszú zsemle (1)*; Mandarin;	Lecsós szelet (1, 5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Kiwi;
	EN=291,30kcal FH=9,70g ZS=9,17g SZH=42,18g CK=9,40g SÓ=1,89g TZS=5,76g	EN=268,00kcal FH=8,82g ZS=6,25g SZH=43,45g CK=16,45g SÓ=0,83g TZS=3,20g	EN=734,87kcal FH=37,36g ZS=21,20g SZH=93,47g CK=4,86g SÓ=2,14g TZS=0,93g	EN=323,21kcal FH=17,57g ZS=12,03g SZH=34,63g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=494,88kcal FH=27,99g ZS=16,01g SZH=53,52g CK=2,58g SÓ=1,77g TZS=2,57g
KEDD 2021.03.30.	Tea 'Csipkebogyó'; Tauris zöldséges felvágott; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Tökf zselé (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Zöldborsóf zselé (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;
	EN=289,70kcal FH=9,44g ZS=10,16g SZH=39,31g CK=9,37g SÓ=1,76g TZS=3,28g	EN=319,00kcal FH=11,00g ZS=9,95g SZH=44,60g CK=4,50g SÓ=0,41g TZS=1,95g	EN=785,74kcal FH=32,58g ZS=36,70g SZH=79,25g CK=20,15g SÓ=3,86g TZS=8,75g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=569,25kcal FH=39,30g ZS=13,88g SZH=61,05g CK=24,28g SÓ=2,19g TZS=1,96g
SZERDA 2021.03.31.	F zött kakaó (2, 4)*; F tt tojás (3)*; Margarin 'Delma' (2)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Dobozos üdit 'alma'; Margarin mini 'Riso'; Zsemle (1)*;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Csemege szalámi; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Májkrém; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=404,84kcal FH=16,14g ZS=14,54g SZH=47,84g CK=20,00g SÓ=1,05g TZS=6,40g	EN=247,25kcal FH=4,54g ZS=3,11g SZH=49,17g CK=20,16g SÓ=0,64g TZS=0,35g	EN=865,04kcal FH=17,08g ZS=24,55g SZH=134,98g CK=41,79g SÓ=2,28g TZS=2,65g	EN=250,70kcal FH=9,32g ZS=10,70g SZH=29,06g CK=0,36g SÓ=1,68g TZS=4,44g	EN=673,90kcal FH=21,23g ZS=22,87g SZH=92,79g CK=15,17g SÓ=2,02g TZS=7,07g
CSÜTÖRTÖK 2021.04.01.	Tej (2)*; Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Dzsem (13)*; Margarin mini 'Riso'; Kifli (1, 2)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 6, 15)*; Galuska (1, 3)*;	Joghurt (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*;	Kolbással töltött panírozott sertéskaraj (1, 2, 3, 4)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Fejeskáposzta-saláta (6, 15)*;
	EN=322,40kcal FH=19,87g ZS=9,20g SZH=40,45g CK=12,34g SÓ=2,15g TZS=4,05g	EN=211,95kcal FH=3,53g ZS=3,66g SZH=39,77g CK=14,88g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=769,90kcal FH=44,02g ZS=35,07g SZH=111,26g CK=1,94g SÓ=2,76g TZS=2,25g	EN=329,40kcal FH=10,62g ZS=12,30g SZH=42,60g CK=12,00g SÓ=0,57g TZS=6,24g	EN=459,42kcal FH=20,68g ZS=11,83g SZH=60,43g CK=3,50g SÓ=3,65g TZS=0,46g
PÉNTEK 2021.04.02.	Tea 'Citromos'; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliz hely (1)*;	Dubarry szelet (1, 2, 4, 5)*; Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; Párolt rizs (5)*;	Sajt (2)*; Zsemle (1)*;	Ásványvíz; Méz; Dzsem (13)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Alma;
	EN=233,05kcal FH=11,57g ZS=3,39g SZH=38,57g CK=9,44g SÓ=1,11g TZS=0,24g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=758,47kcal FH=36,45g ZS=27,75g SZH=108,74g CK=4,71g SÓ=4,63g TZS=4,04g	EN=265,25kcal FH=14,24g ZS=9,33g SZH=29,87g CK=0,16g SÓ=1,44g TZS=6,32g	EN=763,00kcal FH=16,33g ZS=19,92g SZH=127,02g CK=36,38g SÓ=2,47g TZS=10,80g

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:

Klúg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;

14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.04.03.	Tej (2)*; Krasno sonka; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*;	Banán; Kifli (1, 2)*;	Rántott csirkemell (1, 3)*; Zöldségleves (1, 2, 3, 5)*; Sültburgonya; Csemege uborka (6, 15)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Pulyka pörkölt (1)*; Sárgarépa zselé (1, 2)*; Top túró rolád (2, 4, 6, 8)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=315,25kcal FH=18,45g ZS=8,44g SZH=40,75g CK=12,00g SÓ=1,78g TZS=3,97g	EN=252,85kcal FH=5,09g ZS=1,16g SZH=53,81g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=726,53kcal FH=35,64g ZS=28,29g SZH=75,98g CK=2,27g SÓ=6,21g TZS=3,05g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=634,98kcal FH=33,58g ZS=23,42g SZH=68,42g CK=30,38g SÓ=2,23g TZS=1,77g
VASÁRNAP 2021.04.04.	Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Főtt tojás (3)*; Zsemle 'Korpás' (1)*;	Kifli (1, 2)*; Margarin mini 'Riso'; Méz;	Hagymás burgonya; Párolt káposzta; Újházy tyúkhúsleves (1, 3, 5)*; Sült oldalas;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*;	Natúr sertés szelet (1, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=432,15kcal FH=21,05g ZS=17,32g SZH=44,23g CK=11,84g SÓ=2,09g TZS=9,44g	EN=209,45kcal FH=3,53g ZS=3,66g SZH=41,25g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=995,50kcal FH=32,51g ZS=67,36g SZH=58,79g CK=5,56g SÓ=3,45g TZS=0,90g	EN=349,60kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=37,60g CK=3,44g SÓ=1,52g TZS=9,60g	EN=598,48kcal FH=31,01g ZS=15,82g SZH=78,52g CK=17,95g SÓ=2,06g TZS=0,84g

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:

Klóg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.04.05.	Tea 'Csipkebogyó'; Zala felvágott (4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Margarin 'Liga'; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Forgatott burgonya; Csemege uborka (6, 15)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gombás rizs (5)*; Fejeskáposzta-saláta (6, 15)*;
	EN=284,30kcal FH=10,66g ZS=9,85g SZH=37,92g CK=9,46g SÓ=1,86g TZS=3,76g	EN=264,98kcal FH=11,09g ZS=6,82g SZH=37,90g CK=0,16g SÓ=0,58g TZS=0,37g	EN=667,08kcal FH=38,62g ZS=30,29g SZH=52,73g CK=3,13g SÓ=4,49g TZS=0,98g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g	EN=464,30kcal FH=29,29g ZS=15,32g SZH=62,50g CK=1,83g SÓ=3,25g TZS=0,85g
KEDD 2021.04.06.	Margarin 'Delma' (2)*; Csemege szalámi; Tea 'Citromos'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Bakonyi tokány (1, 2)*; Törtburgonya (5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*;	Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Brassói aprópecsenye (5)*;
	EN=303,34kcal FH=9,32g ZS=13,05g SZH=37,20g CK=9,40g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=250,85kcal FH=10,33g ZS=6,76g SZH=35,37g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=701,59kcal FH=24,92g ZS=34,53g SZH=63,83g CK=5,32g SÓ=4,33g TZS=1,79g	EN=233,45kcal FH=7,44g ZS=7,53g SZH=32,93g CK=0,16g SÓ=1,88g TZS=4,82g	EN=524,47kcal FH=23,95g ZS=28,59g SZH=39,86g CK=1,26g SÓ=1,72g TZS=0,60g
SZERDA 2021.04.07.	Tej (2)*; Toast sonka; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Margarin mini 'Riso'; Alma; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Sertéspörkölt (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Tavaszileves (1, 2, 3, 5)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*;	Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*;	Tejföl (2)*; Sajt (2)*; Sajtospagetti (1)*;
	EN=306,80kcal FH=17,95g ZS=7,92g SZH=41,37g CK=12,06g SÓ=2,31g TZS=3,65g	EN=239,92kcal FH=4,81g ZS=6,09g SZH=39,86g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=714,32kcal FH=28,75g ZS=33,11g SZH=68,28g CK=4,75g SÓ=2,90g TZS=1,03g	EN=295,95kcal FH=17,24g ZS=12,03g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=429,23kcal FH=15,81g ZS=16,52g SZH=53,82g CK=2,80g SÓ=0,88g TZS=4,66g
CSÜTÖRTÖK 2021.04.08.	Tejfölös-túró (2)*; Tej (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kigyóuborka;	Májkrem; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*; Paradicsom;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Befőtt 'Őszibarack';	Kefir (2)*; Briós (1, 2, 3)*;	Tea 'Citromos'; Pizza (1, 2)*;
	EN=386,04kcal FH=25,20g ZS=9,84g SZH=48,59g CK=12,28g SÓ=1,27g TZS=2,31g	EN=311,48kcal FH=9,39g ZS=16,62g SZH=29,84g CK=0,16g SÓ=1,32g TZS=6,17g	EN=764,06kcal FH=31,25g ZS=18,06g SZH=141,62g CK=12,33g SÓ=4,20g TZS=2,12g	EN=364,40kcal FH=10,33g ZS=10,50g SZH=55,82g CK=22,15g SÓ=0,64g TZS=6,04g	EN=655,55kcal FH=24,15g ZS=27,66g SZH=71,61g CK=16,58g SÓ=2,35g TZS=5,04g
PÉNTEK 2021.04.09.	F zött kakaó (2, 4)*; F tt tojás (3)*; Kigyóuborka; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Diákcsemege szalámi; Paradicsom; Zsemle (1)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Kakaós csiga (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=382,66kcal FH=17,57g ZS=11,57g SZH=48,22g CK=20,20g SÓ=1,21g TZS=5,55g	EN=251,35kcal FH=8,34g ZS=10,03g SZH=30,77g CK=0,26g SÓ=1,44g TZS=4,12g	EN=829,72kcal FH=31,02g ZS=32,32g SZH=100,08g CK=19,11g SÓ=1,76g TZS=1,31g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g	EN=557,45kcal FH=10,46g ZS=24,94g SZH=70,55g CK=14,22g SÓ=1,35g TZS=9,18g

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:

Klúg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.04.10.	Tea 'Citromos'; Magyaros sajtkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Banán; Kifli (1, 2)*;	Tarhonya (1, 5)*; Gyümölcsleves (1, 2)*; Marha pörkölt (1, 2, 3, 5, 11)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Roston sült hal (1, 5, 9)*; Tepsis burgonya (5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Alma;
	EN=267,54kcal FH=8,14g ZS=6,60g SZH=43,80g CK=9,82g SÓ=1,44g TZS=0,06g	EN=252,85kcal FH=5,09g ZS=1,16g SZH=53,81g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=675,64kcal FH=28,40g ZS=23,44g SZH=85,61g CK=24,12g SÓ=1,46g TZS=1,24g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=447,48kcal FH=18,15g ZS=11,96g SZH=62,27g CK=0,43g SÓ=1,89g TZS=1,19g
VASÁRNAP 2021.04.11.	Tea 'Citromos'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mustár (11)*; Hosszú zsemle (1)*;	Méz; Margarin mini 'Riso'; Zsemle (1)*;	Párolt rizs (5)*; Lecsós sertésragu (1, 5)*; Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Alma;	Sertéspörkölt (1)*; Majorannás káposztaf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=342,71kcal FH=5,42g ZS=14,14g SZH=38,63g CK=9,51g SÓ=1,91g TZS=1,83g	EN=223,05kcal FH=4,24g ZS=3,03g SZH=45,15g CK=16,58g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=599,98kcal FH=21,00g ZS=30,79g SZH=79,22g CK=1,08g SÓ=2,70g TZS=1,61g	EN=386,80kcal FH=9,28g ZS=17,60g SZH=46,00g CK=3,44g SÓ=1,52g TZS=9,60g	EN=535,32kcal FH=24,31g ZS=30,10g SZH=39,22g CK=1,60g SÓ=1,95g TZS=0,66g

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:

Klűg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.04.12.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1)*; Kigyóborka;	Poharas tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Magyaros húsos zöldségtál (1, 2, 3, 5, 11)*; Alma; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Lapkasajt (2)*; Paradicsom; Zsemle (1)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Romanobabf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=316,90kcal FH=8,32g ZS=12,33g SZH=42,27g CK=9,50g SÓ=1,80g TZS=4,58g	EN=250,85kcal FH=10,33g ZS=6,76g SZH=35,37g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=774,17kcal FH=41,45g ZS=31,10g SZH=74,91g CK=7,77g SÓ=2,43g TZS=0,94g	EN=307,45kcal FH=17,74g ZS=12,13g SZH=30,67g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=431,20kcal FH=29,31g ZS=13,26g SZH=50,50g CK=4,60g SÓ=1,74g TZS=0,42g
KEDD 2021.04.13.	Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Paradicsom; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Rozsos párna (1, 12)*;	Kelvirágkrémlevés (1, 2, 3, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Céklasaláta (6, 15)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Alma; Kockasajt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Bulgur (1, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*;
	EN=366,90kcal FH=17,37g ZS=12,97g SZH=45,36g CK=11,86g SÓ=2,14g TZS=8,01g	EN=269,88kcal FH=7,54g ZS=11,86g SZH=32,23g CK=0,51g SÓ=1,01g TZS=1,73g	EN=722,85kcal FH=36,69g ZS=21,04g SZH=83,49g CK=7,06g SÓ=4,73g TZS=2,44g	EN=305,10kcal FH=7,64g ZS=10,90g SZH=42,69g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=478,32kcal FH=23,38g ZS=13,75g SZH=56,59g CK=7,16g SÓ=2,04g TZS=1,26g
SZERDA 2021.04.14.	Tejeskávé (1, 2)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Császár zsemle 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Kigyóborka;	Csemege szalámi; Kifli (1, 2)*;	Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Sárgarépa zselé (1, 2)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Kovászos uborka (1)*; Bácskai rizseshús (5)*;
	EN=426,10kcal FH=16,20g ZS=16,78g SZH=50,14g CK=21,10g SÓ=1,73g TZS=8,20g	EN=231,65kcal FH=7,13g ZS=11,16g SZH=24,77g CK=1,63g SÓ=1,31g TZS=4,80g	EN=749,22kcal FH=26,55g ZS=29,66g SZH=86,36g CK=26,89g SÓ=3,40g TZS=3,83g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=481,14kcal FH=18,26g ZS=27,45g SZH=58,45g CK=0,63g SÓ=3,25g TZS=1,02g
CSÜTÖRTÖK 2021.04.15.	Tej (2)*; Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kigyóborka; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Dzsem (13)*; Margarin mini 'Riso'; Hosszú zsemle (1)*; Alma;	Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Tejbedara (1, 2)*; Babgulyás (1, 2, 3, 5, 11)*; Fahéjas cukor (1, 13)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Stefánia fasírt (1, 3, 5)*; Tökf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=338,00kcal FH=18,73g ZS=9,08g SZH=45,19g CK=12,28g SÓ=2,21g TZS=3,87g	EN=258,51kcal FH=4,56g ZS=3,03g SZH=51,17g CK=13,41g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=726,88kcal FH=30,36g ZS=23,82g SZH=94,55g CK=41,29g SÓ=1,87g TZS=4,95g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g	EN=492,65kcal FH=20,99g ZS=23,32g SZH=45,18g CK=11,81g SÓ=2,15g TZS=1,47g
PÉNTEK 2021.04.16.	Tea 'Citromos'; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Paradicsom;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliz pehely (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt (2)*; Alma;	Májkrem; Zsemle (1)*; Kigyóborka;	Alma; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Lekváros bukta (1, 2, 3)*;
	EN=256,55kcal FH=11,27g ZS=5,00g SZH=40,98g CK=9,26g SÓ=1,05g TZS=0,48g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=738,39kcal FH=28,23g ZS=28,97g SZH=84,75g CK=8,21g SÓ=3,06g TZS=5,25g	EN=305,45kcal FH=9,34g ZS=15,88g SZH=30,07g CK=0,16g SÓ=1,38g TZS=6,12g	EN=642,90kcal FH=15,14g ZS=13,59g SZH=111,62g CK=19,86g SÓ=2,68g TZS=7,87g

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:

Klúg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;

14=Csillagfűrt

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.04.17.	Tea 'Citromos'; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Liga'; Kigyóuborka; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Kifli (1, 2)*; Banán;	Porcukor (1, 13)*; Baracklekvár; Darás metélt (1)*; Babgulyás (1, 2, 3, 5, 11)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Majorannás húsoskáposzta (1, 2)*; Alma; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=306,74kcal FH=10,70g ZS=9,85g SZH=43,80g CK=9,88g SÓ=1,86g TZS=3,58g	EN=252,85kcal FH=5,09g ZS=1,16g SZH=53,81g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=886,08kcal FH=28,72g ZS=25,30g SZH=132,79g CK=41,91g SÓ=1,42g TZS=1,37g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=431,67kcal FH=18,68g ZS=21,11g SZH=39,52g CK=0,52g SÓ=1,58g TZS=0,33g
VASÁRNAP 2021.04.18.	Tea 'Citromos'; Ken májas (1, 2, 4)*; Rozsos párna (1, 12)*;	Méz; Margarin mini 'Riso'; Kifli (1, 2)*;	Burgonyapüré (2, 4)*; Rántott szelet (1, 2, 3)*; Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Fejeskáposzta-saláta (6, 15)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Alma;	Pulyka aprópecsenye (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=313,42kcal FH=8,93g ZS=12,34g SZH=40,67g CK=10,00g SÓ=1,50g TZS=4,42g	EN=209,45kcal FH=3,53g ZS=3,66g SZH=41,25g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=737,20kcal FH=36,35g ZS=24,35g SZH=85,18g CK=7,04g SÓ=4,48g TZS=3,46g	EN=386,80kcal FH=9,28g ZS=17,60g SZH=46,00g CK=3,44g SÓ=1,52g TZS=9,60g	EN=440,78kcal FH=26,98g ZS=16,83g SZH=42,80g CK=11,74g SÓ=1,80g TZS=0,80g

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:

Klűg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.04.19.	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kigyóborka; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Poharas tej (2)*; Zsemle 'Zabpelyhes' (1)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Pozsonyi kocka (1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 13)*;	Paradicsom; Kifli (1, 2)*; Csirkemájkrém 50g;	Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Alma;
	EN=326,70kcal FH=15,86g ZS=11,85g SZH=38,63g CK=9,46g SÓ=1,74g TZS=6,96g	EN=268,69kcal FH=11,25g ZS=6,34g SZH=39,48g CK=0,21g SÓ=0,58g TZS=0,32g	EN=832,40kcal FH=26,32g ZS=26,18g SZH=122,85g CK=46,51g SÓ=4,56g TZS=5,77g	EN=270,35kcal FH=9,68g ZS=12,21g SZH=29,22g CK=1,63g SÓ=1,12g TZS=3,35g	EN=566,14kcal FH=29,66g ZS=15,69g SZH=70,80g CK=0,81g SÓ=1,85g TZS=0,64g
KEDD 2021.04.20.	Vajkrém (2)*; F zött kakaó (2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Alma; Méz; Zsemle (1)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 3, 5, 6, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Joghurt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Borsos tokány sertéshúsból (5)*; Párolt rizs (5)*; Csemege uborka (6, 15)*;
	EN=363,01kcal FH=13,48g ZS=11,61g SZH=50,35g CK=20,07g SÓ=1,13g TZS=4,20g	EN=237,65kcal FH=4,72g ZS=0,53g SZH=53,55g CK=16,58g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=713,18kcal FH=34,56g ZS=31,81g SZH=72,90g CK=9,09g SÓ=7,61g TZS=1,86g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g	EN=501,88kcal FH=18,81g ZS=27,43g SZH=66,06g CK=0,69g SÓ=3,17g TZS=1,01g
SZERDA 2021.04.21.	Tej (2)*; F tt tojás (3)*; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*;	Májkrém; Kifli (1, 2)*; Kigyóborka;	Nyírségi gombóclevés sertéshússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma;	Kenyér 'Félbarna' (1)*; Húsos lecsó;
	EN=345,40kcal FH=17,00g ZS=11,09g SZH=40,55g CK=11,90g SÓ=1,14g TZS=4,64g	EN=291,85kcal FH=8,63g ZS=16,51g SZH=26,17g CK=1,63g SÓ=1,21g TZS=6,40g	EN=747,05kcal FH=31,32g ZS=44,85g SZH=48,54g CK=11,30g SÓ=3,59g TZS=8,16g	EN=261,20kcal FH=9,58g ZS=5,25g SZH=42,70g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=479,80kcal FH=19,59g ZS=22,40g SZH=57,40g CK=5,94g SÓ=4,90g TZS=0,44g
CSÜTÖRTÖK 2021.04.22.	Tej (2)*; Toast sonka; Margarin 'Liga'; Paradicsom; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Rozsos párna (1, 12)*; Kigyóborka;	Paprikásburgonya hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Dobozos üdít szi-alma;	Gyrosos csirkemell csíkok (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Csemege uborka (6, 15)*;
	EN=312,30kcal FH=18,01g ZS=7,97g SZH=42,34g CK=12,12g SÓ=2,31g TZS=3,65g	EN=276,48kcal FH=8,10g ZS=11,94g SZH=33,20g CK=0,51g SÓ=1,01g TZS=1,73g	EN=815,90kcal FH=32,44g ZS=33,38g SZH=92,39g CK=3,66g SÓ=4,51g TZS=1,32g	EN=274,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=53,46g CK=18,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=567,03kcal FH=30,69g ZS=15,30g SZH=67,97g CK=2,44g SÓ=4,14g TZS=1,27g
PÉNTEK 2021.04.23.	Tea 'Citromos'; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliz pohely (1)*;	Sajt szórat (2)*; Cukkini krémleves tészta nélkül (1, 2, 5)*; Csopaki apróragu (1)*; Kukoricás rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kockasajt (2)*; Paradicsom; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Alma; Májkrém; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=233,05kcal FH=11,57g ZS=3,39g SZH=38,57g CK=9,44g SÓ=1,11g TZS=0,24g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=721,41kcal FH=28,03g ZS=34,73g SZH=91,23g CK=3,57g SÓ=3,80g TZS=3,50g	EN=264,70kcal FH=9,04g ZS=7,70g SZH=39,62g CK=0,78g SÓ=2,08g TZS=4,56g	EN=672,65kcal FH=17,41g ZS=34,06g SZH=71,32g CK=5,07g SÓ=2,73g TZS=16,00g

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:

Klóg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid;

14=Csilagfűrt

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.04.24.	Tea 'Citromos'; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Csavart kifli (1, 2, 3)*;	Kifli (1, 2)*; Banán;	Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Sárgaborsóleves (1, 2, 3, 5, 11)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Párolt sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=302,79kcal FH=9,31g ZS=10,68g SZH=41,45g CK=9,04g SÓ=1,67g TZS=4,29g	EN=252,85kcal FH=5,09g ZS=1,16g SZH=53,81g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=817,34kcal FH=57,80g ZS=21,63g SZH=139,79g CK=2,38g SÓ=2,58g TZS=1,67g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=582,01kcal FH=28,05g ZS=11,68g SZH=85,95g CK=35,71g SÓ=2,14g TZS=0,54g
VASÁRNAP 2021.04.25.	Tea 'Citromos'; Metél hagymás vajkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kigyóuborka;	Méz; Margarin mini 'Riso'; Kifli (1, 2)*;	Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Steak burgonya (5)*; F szeres sertéstarja (5)*; Marha er leves (1, 2, 3, 5, 11)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*;	Csirke csíkok pirítva (1)*; Finomf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=280,74kcal FH=6,36g ZS=8,59g SZH=44,38g CK=9,82g SÓ=1,04g TZS=4,86g	EN=209,45kcal FH=3,53g ZS=3,66g SZH=41,25g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=571,23kcal FH=22,13g ZS=49,95g SZH=64,04g CK=2,02g SÓ=2,38g TZS=0,89g	EN=349,60kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=37,60g CK=3,44g SÓ=1,52g TZS=9,60g	EN=466,91kcal FH=26,68g ZS=12,05g SZH=61,17g CK=15,23g SÓ=2,06g TZS=1,81g

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:

Klúg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;
14=Csilagfűrt

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.04.26.	Tea 'Csipkebogyó'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóborka;	Poharas tej (2)*; Hosszú zsemle (1)*;	Csikós tokány (1, 2, 5)*; Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rizibizi (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Fejeskáposzta-saláta (6, 15)*; Burgonyapüré (2, 4)*;
	EN=306,70kcal FH=9,40g ZS=13,05g SZH=37,62g CK=9,40g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=260,21kcal FH=10,88g ZS=6,13g SZH=38,37g CK=0,16g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=876,32kcal FH=32,13g ZS=39,52g SZH=112,85g CK=23,16g SÓ=5,01g TZS=2,75g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=493,13kcal FH=30,25g ZS=13,35g SZH=48,98g CK=3,28g SÓ=3,16g TZS=2,10g
KEDD 2021.04.27.	Tej (2)*; Tauris zöldséges felvágott; Margarin 'Delma' (2)*; Kigyóborka; Hosszú zsemle (1)*;	Csirkemájkrém 50g; Kifli (1, 2)*;	Fasírt (1, 3, 5)*; Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 5)*; Lencsef zelék (1, 2, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kockasajt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*; Alma;	Céklasaláta (6, 15)*; Húsos tarhonya (1, 5)*;
	EN=342,61kcal FH=16,16g ZS=12,28g SZH=41,23g CK=11,75g SÓ=1,86g TZS=5,37g	EN=258,85kcal FH=9,18g ZS=12,11g SZH=27,22g CK=1,63g SÓ=1,12g TZS=3,35g	EN=754,87kcal FH=35,71g ZS=30,70g SZH=80,01g CK=6,88g SÓ=2,90g TZS=1,76g	EN=305,10kcal FH=7,64g ZS=10,90g SZH=42,69g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=594,69kcal FH=23,78g ZS=24,66g SZH=67,00g CK=4,87g SÓ=3,64g TZS=0,82g
SZERDA 2021.04.28.	Tej (2)*; Sajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kigyóborka; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Paradicsom;	Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Burgonyaleves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Mustár (11)*; Tea 'Citromos'; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*;
	EN=396,80kcal FH=23,47g ZS=15,60g SZH=40,85g CK=11,86g SÓ=1,99g TZS=9,21g	EN=238,55kcal FH=6,64g ZS=10,38g SZH=28,54g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=767,24kcal FH=30,66g ZS=22,55g SZH=100,87g CK=35,66g SÓ=4,08g TZS=1,71g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g	EN=677,26kcal FH=11,01g ZS=30,62g SZH=68,37g CK=10,03g SÓ=4,04g TZS=3,92g
CSÜTÖRTÖK 2021.04.29.	Tejeskávé (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Sajtkrém (2, 5)*; Paradicsom;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;	Alma; Amerikai palacsinta (1, 2, 3, 12)*; Vanília öntet (1, 2)*; Szárnyas húsgaluska-leves (1, 2, 3, 5)*;	Lapkasajt (2)*; Margarin mini 'Riso'; Zsemle (1)*;	Kolbással töltött panirozott sertéskaraj (1, 2, 3, 4)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Fejeskáposzta-saláta (6, 15)*;
	EN=443,30kcal FH=17,02g ZS=15,75g SZH=57,74g CK=20,94g SÓ=2,14g TZS=9,69g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=745,61kcal FH=30,61g ZS=20,75g SZH=104,90g CK=42,38g SÓ=2,43g TZS=6,09g	EN=318,55kcal FH=17,24g ZS=14,53g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=459,42kcal FH=20,68g ZS=11,83g SZH=60,43g CK=3,50g SÓ=3,65g TZS=0,46g
PÉNTEK 2021.04.30.	Tej (2)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés zsemle (1, 2)*; Kigyóborka;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Brokkolikrémléves sárgarépakockával (1, 2, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Margarin mini 'Riso'; Fonotka (1, 2, 3)*; Paradicsom;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés meggyes pána (1, 2, 3)*; Alma; Zsemle (1)*;
	EN=349,70kcal FH=16,55g ZS=14,00g SZH=37,76g CK=12,02g SÓ=1,73g TZS=6,52g	EN=219,85kcal FH=8,63g ZS=6,56g SZH=30,77g CK=7,63g SÓ=0,62g TZS=4,20g	EN=754,75kcal FH=26,45g ZS=32,74g SZH=79,91g CK=3,20g SÓ=3,12g TZS=7,56g	EN=229,10kcal FH=4,70g ZS=6,95g SZH=36,00g CK=4,50g SÓ=0,41g TZS=1,95g	EN=531,25kcal FH=10,97g ZS=22,81g SZH=68,03g CK=6,59g SÓ=2,01g TZS=8,20g

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:

Klúg

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;

14=Csillagfűt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Álföldileves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. gyökér csík, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Tojásos gyufatészta, Vöröshagyma	96,64kcal	2,20g	3,35g	12,98g	0,52g	1,00g	0,59g
Alma Összetétel: Alma/Idared	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Amerikai palacsinta Összetétel: Fagy. amerikai palacsinta	288,00kcal	7,68g	6,12g	48,60g	19,56g	1,07g	0,96g
Ásványvíz Összetétel: Ásványvíz 0,5l	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Babgulyás Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölthús alapíz 'Knorr', Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tojás, Vöröshagyma	313,11kcal	17,53g	15,74g	23,04g	1,11g	0,97g	0,26g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	475,29kcal	18,00g	27,41g	57,36g	0,63g	1,92g	1,02g
Bakonyi tokány Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	280,16kcal	14,21g	21,99g	4,42g	0,27g	0,80g	0,46g
Banán Összetétel: Banán	126,00kcal	1,56g	0,00g	29,04g	0,00g	0,00g	0,00g
Baracklekvár Összetétel: Lekvár(sárgabarack)	73,80kcal	0,11g	0,03g	18,06g	18,00g	0,03g	0,00g
Befőtt 'Öszibarack' Összetétel: Befőtt 'szibarack, felezett'	43,20kcal	0,36g	0,02g	11,64g	10,60g	0,02g	0,01g
Borsos tokány sertéshúsból Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,05kcal	13,39g	20,71g	1,58g	0,47g	0,75g	0,31g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	311,64kcal	16,88g	25,49g	1,53g	0,46g	0,77g	0,31g
Briós Összetétel: Briós cukros 50g, Briós cukros 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Brokkolikrémléves sárgarépakockával Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tisztított sárgarépa, Vöröshagyma	100,32kcal	4,17g	3,37g	11,81g	2,32g	0,96g	0,26g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	316,80kcal	7,57g	7,21g	47,65g	1,92g	1,19g	0,93g
Burgonyafelzék Összetétel: Babérlevél, Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	253,49kcal	6,08g	4,87g	42,18g	0,13g	0,72g	0,30g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	116,01kcal	2,98g	2,61g	15,31g	1,26g	1,27g	0,27g
Burgonyaleves virslivel Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Húsmester virsli, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	196,54kcal	3,22g	9,52g	18,25g	0,78g	1,50g	0,95g
Burgonyapüré Összetétel: Margarin Aro kocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott', f z víz', Tej '2,8%', Tisztított burgonya	255,08kcal	6,64g	4,72g	42,23g	1,75g	0,80g	1,95g
Céklasaláta Összetétel: Céklasaláta	27,30kcal	0,78g	0,06g	6,19g	1,60g	1,60g	0,00g
Császár zsemle 'Teljes kiörlés' Összetétel: Zsemle 'Császár' Teljes Kiörlés 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,00g	0,60g	0,35g
Csavart kifli Összetétel: Csavart kifli 55g	162,25kcal	4,51g	1,48g	31,68g	0,00g	0,65g	0,77g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	5,28kcal	0,23g	0,03g	1,00g	0,00g	1,52g	0,00g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	360,16kcal	17,81g	29,32g	3,59g	0,55g	0,99g	1,54g
Csirke csíkok pirítva Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	139,00kcal	16,04g	6,69g	2,91g	0,13g	0,71g	0,30g
Csirke pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső 'csontos', Csirkecomb felső filé, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	187,71kcal	20,85g	8,31g	6,11g	0,78g	0,65g	0,37g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g 'Eurofood'	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemell sonka Összetétel: Csirkemell sonka (Fincsik,Ahida)	50,40kcal	6,40g	2,40g	0,80g	0,48g	0,96g	0,84g
Csopaki apróragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fagy. petr.zöld, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	280,60kcal	14,10g	22,21g	4,05g	0,66g	0,82g	0,92g
Cukkinikrémleves tészta nélkül Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. cukkini, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tyúkhúsleves alap sószegény 'Knorr', Vöröshagyma	91,69kcal	2,25g	3,24g	12,75g	1,81g	1,17g	0,22g
Daragaluskaleves Összetétel: Búza dara, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zeller, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojás, Tojáslé, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	184,72kcal	5,25g	4,97g	28,29g	1,11g	1,02g	0,67g
Darás metélt Összetétel: Búza dara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes metéltészta	419,17kcal	11,08g	9,53g	71,69g	2,80g	0,42g	1,11g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Diós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes metéltészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor	256,20kcal	5,58g	17,10g	18,51g	15,00g	0,00g	0,00g
Dobozos üdítő szilva Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% szilva	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Dubarry szelet Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Finomliszt BL55, Margarin Aro kocka, rölt fekete bors, Sajt 'Trappista', Sertés karaj, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%'	289,40kcal	24,77g	15,86g	10,22g	1,79g	0,90g	2,64g
Dzsem Összetétel: Dzsem 'sárgabarack'	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Dzsungel reggeliző kenyér Összetétel: Dzsungel reggeliző kenyér 30g	112,80kcal	2,31g	0,66g	23,70g	8,70g	0,25g	0,09g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	64,97kcal	0,02g	0,00g	16,11g	16,01g	0,00g	0,00g
Fasírt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	298,67kcal	12,93g	21,88g	10,92g	0,84g	0,88g	0,95g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: Káposztasaláta	34,48kcal	1,04g	0,21g	5,69g	1,33g	1,52g	0,02g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé s rítmény, Halfilé 'Pangasius', Lecsó (natúr 30%), Só 'jódozott', Vöröshagyma	127,83kcal	10,23g	7,87g	6,11g	3,63g	3,73g	3,19g
Finomf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. finomf zelék, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	247,81kcal	7,97g	5,05g	41,57g	14,71g	0,93g	1,48g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	195,00kcal	4,20g	4,35g	34,00g	4,50g	0,41g	1,95g
Fonottka 'Napraforgómagos' Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Forgatott burgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tisztított burgonya	256,54kcal	5,50g	6,18g	40,48g	0,00g	1,34g	0,60g
Főtt tojás Összetétel: Tojás főtt, tiszt. (Capriovus)	73,35kcal	4,95g	4,41g	0,32g	0,18g	0,16g	1,35g
Főtt kakaó Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'	168,91kcal	6,90g	6,51g	19,99g	19,66g	0,21g	3,96g
Fszeres sertés tarja Összetétel: Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés tarja, Só 'jódozott', Vöröshagyma	197,02kcal	12,15g	42,93g	0,94g	0,26g	0,50g	0,10g
Galuska Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, f z víz'	399,70kcal	26,40g	10,30g	94,60g	0,00g	0,59g	1,00g
Gombás rizs Összetétel: Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, rőlt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,25kcal	5,68g	6,70g	55,75g	0,30g	0,89g	0,70g
Gyrosos csirkemell csíkok Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, rőlt fekete bors, Sertés f szekerkeverék 'Hügli', Só 'jódozott', Vöröshagyma	164,85kcal	20,21g	7,76g	2,64g	0,13g	1,01g	0,30g
Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó' Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcsleves Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegf szeg	140,96kcal	1,72g	0,73g	31,32g	20,53g	0,21g	0,20g
Gyümölcsmártás Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegf szeg	199,55kcal	1,94g	0,64g	45,12g	34,51g	0,64g	0,21g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Hagymás burgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	253,09kcal	5,64g	5,27g	41,61g	0,51g	0,74g	0,51g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félszíros 5/1, Vöröshagyma	56,11kcal	5,85g	2,74g	1,61g	0,04g	0,27g	0,00g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, F tt füstölt tarja/Mecom, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	283,44kcal	14,45g	22,88g	3,13g	0,23g	1,22g	1,17g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle, Húsmester virsli, Mustár	630,72kcal	10,60g	30,15g	58,45g	0,99g	3,94g	3,90g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. leveoszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	254,08kcal	12,42g	16,08g	13,11g	1,00g	1,08g	0,37g
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Lecsó (natúr 30%), Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	399,70kcal	16,92g	22,10g	40,72g	5,55g	4,48g	0,41g
Húsos tarhonya Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	567,39kcal	23,01g	24,61g	60,81g	3,27g	2,04g	0,82g
Joghurt Összetétel: Joghurt natúr	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
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kelkáposzta f. zselé Összetétel: Étkezésítéssó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kömény, Majoranna, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	132,73kcal	4,41g	2,80g	21,64g	0,41g	0,53g	0,26g
Kelvirágkrémleves Összetétel: Csontleves alap sószegegy 'Knorr', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tisztított sárgarépa, Vöröshagyma	94,99kcal	2,89g	3,34g	12,52g	2,44g	0,94g	0,25g
Ken. májas Összetétel: Ken. májas	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Kenyér 'Félbarna' Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Kenyér 'Félbarna' Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Kenyér 'Félbarna' Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Kenyér 'Magvas' Összetétel: Magvas kenyér	152,40kcal	4,92g	2,16g	28,32g	0,18g	0,78g	0,48g
Kenyér 'Rozs' Összetétel: Rozskenyér 1kg	150,00kcal	4,08g	0,48g	31,80g	0,30g	0,90g	0,06g
Kenyér 'Teljes kiőrlés' Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Kenyér 'Teljes kiőrlés' Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	67,20kcal	2,61g	0,30g	13,53g	0,18g	0,42g	0,12g
Kenyér 'Teljes kiőrlés' Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Kifli Összetétel: Intézményi Kifli	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt(natúr)/Sajtmester	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kolbással töltött panírozott sertéskaraj Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Pan. kolbással töltött s.karaj/Passner	182,49kcal	14,00g	7,28g	14,00g	2,00g	1,39g	0,03g
Kovászos uborka Összetétel: Kovászos uborka	5,85kcal	0,26g	0,04g	1,10g	0,00g	1,33g	0,00g
Krasno sonka Összetétel: Krasno sonka	43,20kcal	6,40g	1,76g	0,52g	0,28g	0,80g	0,68g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	250,72kcal	6,58g	6,78g	60,61g	0,92g	1,19g	0,74g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt/Ammerrland	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lecsős sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	259,79kcal	13,61g	20,75g	2,76g	0,34g	0,81g	0,31g
Lekváros bukta Összetétel: Lekváros bukta 70g	259,00kcal	4,41g	4,27g	49,42g	16,59g	0,49g	2,17g
Lencsef zelék Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	317,91kcal	18,14g	6,08g	45,67g	5,34g	0,62g	0,41g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Magyaros húsos zöldségtál Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. mexikói zöldségköret, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Magyaros levesalap 'Knorr', Pulykacomb fels. filé, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	429,13kcal	26,47g	14,79g	42,58g	6,63g	1,01g	0,47g
Magyaros sajtkrém Összetétel: Magyaros sajtkrém/St.Mártoni	70,80kcal	2,80g	6,00g	1,40g	0,00g	0,60g	0,00g
Májgaluskaleves Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	187,98kcal	13,09g	6,90g	17,41g	1,78g	1,11g	0,56g
Májkrém Összetétel: Sonkás májaskrém 50g	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Majorannás húsoskáposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Majoranna, rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	314,37kcal	15,53g	20,81g	14,44g	0,13g	1,16g	0,30g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Majorannás káposztaf zelék Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Majoranna, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	132,06kcal	4,33g	4,21g	18,90g	0,17g	0,72g	0,30g
Margarin 'Delma' Összetétel: Delma light margarin 500g	21,60kcal	0,00g	2,40g	0,24g	0,00g	0,10g	0,72g
Margarin 'Liga' Összetétel: Margarin Liga 500	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Margarin mini 'Riso' Összetétel: Minimarg.Riso 10g	22,60kcal	0,00g	2,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Marha er leves Összetétel: Étélizesít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csik, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Marhacsont, Marhahúsleves alap 'Knorr', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag, Vöröshagyma, Zeller zöld	61,69kcal	1,69g	2,37g	7,97g	1,03g	0,97g	0,27g
Marha pörkölt Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Marhaapróhús/ gulyáskocka, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,56kcal	18,07g	17,11g	2,07g	0,66g	0,54g	0,32g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Csirkecomb fels filé, Étélizesít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés f szerkeverék 'Hügli', Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Szárnyas f szerkeverék, Vöröshagyma	161,52kcal	15,80g	6,54g	8,94g	5,24g	0,85g	0,32g
Metél hagymás vajkrém Összetétel: Metél hagymás vajkrém	78,00kcal	0,52g	7,94g	1,12g	0,00g	0,20g	4,80g
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, F tt füstölt tarja/Mecom, Kristálycukor, Oregánó, rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	214,14kcal	11,24g	14,54g	8,57g	4,15g	1,02g	1,07g
Molnárka Összetétel: Molnárka	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
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
Natúr sertés szelet Összetétel: Étélizesít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, rőlt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott'	169,39kcal	20,31g	8,14g	2,45g	0,22g	0,62g	0,05g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Nyírségi gombóclevés sertéshússal	267,52kcal	13,37g	16,46g	12,54g	2,76g	1,07g	0,28g
Összetétel: Citrom, Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Paprikás sertés szelet	195,35kcal	20,43g	10,52g	3,54g	0,29g	0,71g	0,31g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés f. szerkeverék 'Hügli', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Paprikásburgonya hússal	536,67kcal	23,80g	28,05g	44,38g	0,78g	1,47g	0,53g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma							
Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Paradicsom							
Paradicsomleves betéttel	176,97kcal	4,14g	3,82g	31,21g	18,61g	0,97g	0,45g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S. rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásos betét, Vöröshagyma, Zeller zöld							
Paradicsommártás	222,50kcal	4,96g	5,20g	38,32g	16,69g	0,65g	0,55g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S. rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma							
Paradicsomos halpástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom 30g							
Párolt káposzta	60,42kcal	1,94g	1,35g	9,97g	3,04g	0,89g	0,12g
Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt rizs	243,55kcal	5,20g	6,69g	63,48g	0,22g	0,89g	0,70g
Összetétel: Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt sertés szelet	175,87kcal	20,38g	8,56g	3,07g	0,16g	0,71g	0,09g
Összetétel: Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, rőlt fekete bors, Sertés f. szerkeverék 'Hügli', Sertés karaj, Só 'jódozott'							
Petrezselymes burgonya	242,45kcal	5,64g	4,35g	40,74g	0,17g	0,74g	0,40g
Összetétel: Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f. z. víz', Tisztított burgonya							
Pírtott dara	148,00kcal	3,10g	4,01g	24,22g	0,00g	0,99g	0,40g
Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'							
Pizza	619,01kcal	24,15g	27,66g	62,57g	7,54g	2,35g	5,04g
Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Ketchup, Kristálycukor, Oregánó, Pizzalap, Sajt 'Trappista' 'reszelt', Sertés lapocka, Só 'jódozott', S. rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma							
Pizzás csiga	349,60kcal	8,80g	17,60g	37,60g	3,44g	1,52g	9,60g
Összetétel: Pizzás csiga 80g							

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Poharas tej Összetétel: Poharas tej 0,2L	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Pozsonyi kocka Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Lekvár(sárgabarack), Mák, Mazsola, Porcukor, Puding porok, Só 'jódozott, f z víz', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojás, Tojásmentes metéltészta, Vaníliás cukor	637,36kcal	13,47g	18,01g	103,21g	42,70g	0,42g	2,46g
Pulyka aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	206,98kcal	20,67g	11,57g	3,80g	0,38g	0,66g	0,31g
Pulyka pörkölt Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	219,94kcal	20,86g	12,55g	4,50g	0,59g	0,81g	0,42g
Rakott burgonya Összetétel: Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tojás főtt,tiszt.(Capriovus), Tojáspor(teljes)	587,24kcal	19,67g	29,06g	54,57g	0,70g	1,74g	7,18g
Rántott csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes)	250,29kcal	27,17g	6,78g	19,26g	0,45g	1,07g	0,79g
Rántott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Halfilé 'Pangasius', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tojáspor(teljes)	257,27kcal	15,31g	8,42g	29,53g	0,62g	1,97g	1,04g
Rántott szelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tojáspor(teljes)	367,55kcal	25,00g	17,01g	27,11g	0,64g	1,22g	1,20g
Reszelt tésztaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. gyökér csík, Fagy. sárgarépa, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zeller, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke, Tyúkhúsleves alap sószegegy 'Knorr', Vöröshagyma	71,09kcal	2,03g	2,44g	9,89g	0,52g	0,98g	0,28g
Rizibizi Összetétel: Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizis 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	244,63kcal	6,87g	5,90g	60,47g	2,26g	0,90g	0,63g
Romanobabf zelék Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. romano bab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	187,37kcal	6,62g	4,43g	33,23g	4,13g	0,63g	0,30g
Roston sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Halfilé 'Pangasius', Só 'jódozott'	124,08kcal	10,49g	7,44g	3,60g	0,02g	1,41g	0,76g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajt Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajt Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'	78,00kcal	6,25g	5,50g	0,75g	0,00g	0,50g	3,75g
Sajt Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'	124,80kcal	10,00g	8,80g	1,20g	0,00g	0,80g	6,00g
Sajt szórat Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'	31,20kcal	2,50g	2,20g	0,30g	0,00g	0,20g	1,50g
Sajtkrém Összetétel: Sajtkrém natúr	111,00kcal	3,90g	8,52g	4,80g	0,00g	1,05g	5,52g
Sajtos spagetti Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes spagetti	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
Sárgaborsókrém-leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. levezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Levestészta, rőlt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngygyagyló, Vöröshagyma	152,85kcal	7,77g	2,63g	23,44g	0,71g	0,90g	0,25g
Sárgaborsóleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos kiskagylótészta, Vöröshagyma	149,83kcal	7,88g	2,72g	22,40g	1,22g	0,93g	0,27g
Sárgarépa felék Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	228,94kcal	6,05g	4,56g	38,24g	18,60g	0,95g	1,32g
Sertés sült Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés f szerkeverék 'Hügli', Sertés karaj, Só 'jódozott'	163,73kcal	20,02g	8,53g	0,59g	0,09g	0,69g	0,09g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	323,16kcal	17,32g	25,60g	3,64g	1,04g	0,82g	0,33g
Sertésraguleves Összetétel: Csontleves alap sózegény 'Knorr', Étélizésít só mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	241,53kcal	12,87g	15,56g	10,66g	3,05g	0,94g	0,29g
Spagetti Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes spagetti	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
Steak burgonya Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	245,31kcal	5,68g	4,35g	41,59g	0,55g	0,50g	0,41g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Stefánia fasírt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás f zőtt darabolt, Tojás f zőtt,tiszt.(Capriovus), Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	258,86kcal	14,68g	18,07g	6,17g	0,45g	1,02g	0,98g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás f zőtt darabolt, Tojás f zőtt,tiszt.(Capriovus), Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	277,84kcal	14,75g	20,01g	6,41g	0,58g	1,02g	1,19g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász 'ARO', Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
Sült oldalas Összetétel: Lecsó (natúr 30%), rőlt fekete bors, Sertés oldalas, Sertés zsír, Só 'jódozott'	568,25kcal	14,41g	56,38g	0,02g	0,00g	0,89g	0,00g
Sültburgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tisztított burgonya	410,20kcal	6,50g	19,18g	47,84g	0,00g	2,67g	2,00g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb fels 'csontos', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas f szerkeverék	203,57kcal	22,57g	8,42g	1,07g	0,20g	0,84g	0,13g
Szárnyas húsgaluska-leves Összetétel: Babérlevél, Csirkecomb fels filé, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Pulykacomb fels filé, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás, Tojáspor(teljes), Tyúkhúsleves alap sószegény 'Knorr', Vöröshagyma	163,03kcal	14,05g	6,79g	10,28g	2,39g	0,98g	0,37g
Szárnyasgulyásleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Pulykacomb fels filé, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásos csipetke, Tojásos kiskocka, Vöröshagyma	197,69kcal	14,29g	7,50g	16,17g	1,13g	0,97g	0,28g
Székelykáposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Rizs 'A', Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	379,39kcal	17,92g	23,18g	26,76g	0,13g	6,06g	0,58g
Tarhonya Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	294,11kcal	8,62g	5,60g	52,22g	2,93g	0,71g	0,71g
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Zöldséges felvágott allergénmentes	68,80kcal	3,82g	5,55g	0,86g	0,09g	0,88g	2,08g
Tavaszileves Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag, Tyúkhúsleves alap sószegény 'Knorr', Vöröshagyma	70,48kcal	2,75g	2,35g	8,94g	3,40g	0,95g	0,28g
Tea 'Citromos' Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teaf	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g
Tea 'Csipkebogyó' Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tej Összetétel: Tej '2,8%', Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
Tejbedara Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	295,04kcal	10,73g	7,84g	44,57g	24,02g	0,57g	4,59g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	186,40kcal	7,40g	6,53g	23,88g	20,58g	0,25g	3,93g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	42,60kcal	1,02g	3,60g	1,20g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejfölös-túró Összetétel: Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1	109,84kcal	11,61g	5,44g	2,88g	0,00g	0,18g	0,00g
Teljes kiőrlés zsemle Összetétel: Zsemle 'Teljes Kiőrlés ' 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,00g	0,60g	0,35g
Teljes kiőrlés meggyes párna Összetétel: Teljes kiőrlés meggyes párna 50g, Teljes kiőrlés meggyes párna 70g	253,40kcal	3,64g	13,16g	29,19g	6,37g	0,98g	6,65g
Tepsis burgonya Összetétel: Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya	222,12kcal	5,05g	4,28g	36,92g	0,10g	0,15g	0,40g
Toast sonka Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet	34,80kcal	4,48g	1,12g	1,72g	0,20g	1,12g	0,44g
Top túró rolád Összetétel: Top túró rolád	106,00kcal	4,00g	6,00g	9,00g	10,80g	0,05g	0,00g
Tökf zelék Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,69kcal	3,64g	4,95g	22,33g	10,97g	0,71g	0,46g
Törtburgonya Összetétel: Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya	126,49kcal	3,07g	2,18g	21,08g	0,65g	0,37g	0,21g
Törtburgonya Összetétel: Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya	300,54kcal	5,82g	9,89g	42,51g	0,13g	0,77g	1,00g
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"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Újházy tyúkhúsleves Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csiga tészta, Vöröshagyma	113,74kcal	10,53g	4,36g	7,19g	2,01g	0,92g	0,27g
Vajkrém Összetétel: Vajkrém(natúr) /St.Márto	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Vanília öntet Összetétel: Kristálycukor, Puding porok, Tej '2,8%', Vaníliás cukor	257,38kcal	8,40g	7,84g	37,62g	20,42g	0,38g	4,76g
Vegyes vágott Összetétel: Vegyes vágott	40,80kcal	1,22g	0,23g	6,75g	1,60g	1,82g	0,03g
Virsli Összetétel: Húsmester virsli	159,96kcal	0,93g	13,14g	0,93g	0,31g	1,18g	1,49g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,40kcal	4,80g	6,80g	0,48g	0,00g	0,92g	2,80g
Zellerkrémleves Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítősó mentes / Pamol, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tojásos gyöngyagyló, Vöröshagyma, Zeller zöld	86,76kcal	3,18g	1,89g	13,53g	1,71g	0,95g	0,08g
Zöldbabf zelék Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	160,11kcal	6,17g	4,41g	21,89g	8,17g	0,73g	0,39g
Zöldborsóleves Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke, Tojásos eperkocka, Tyúkhúsleves alap sószegény 'Knorr', Vöröshagyma	80,09kcal	3,67g	2,41g	10,15g	3,32g	0,93g	0,29g
Zöldf szemes halpástétom Összetétel: Zöldf szemes harcsapástétom 30g	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldségleves Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítősó mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöldség, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló, Tojásos rizsszem, Vöröshagyma	60,77kcal	1,74g	2,30g	7,87g	1,82g	0,95g	0,27g
Zöldtea-citrusos Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g
Zsemle 'Korpás' Összetétel: Búzakorpás zsemle	137,80kcal	4,45g	0,64g	27,61g	0,16g	0,64g	0,32g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2021.04.01.-től 2021.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
------------------------	---------	---------	------	------------	-------	----	---------------

Zsemle 'Négy magvas'	140,98kcal	4,29g	1,22g	27,30g	0,16g	0,58g	0,37g
Összetétel: Négymagvas zsemle							

Zsemle 'Zabpelyhes'	144,69kcal	4,45g	0,74g	28,89g	0,21g	0,58g	0,32g
Összetétel: Zabpelyhes zsemle							

--