

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.08.31.						
KEDD 2026.09.01.	Limonádé; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóborka;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Bolognai ragu; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Mirelit rántott sertés szelet (1, 2, 3, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Kakaókrém (2, 4)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Big Burger (1, 2, 4, 11)*;
	EN=308,8kcal FH=9,4g ZS=13g SZH=37,5g CK=9,9g SÓ=1,7g TZS=5,1g KISK:	EN=219,8kcal FH=8,6g ZS=6,6g SZH=30,8g CK=7,6g SÓ=0,7g TZS=4,2g KISK:	SÓ=0,8g TZS=3,4g ISK: EN=731,6kcal FH=33,7g ZS=21,8g SZH=98g CK=27,1g SÓ=1,3g TZS=4,9g KISK: EN=800,3kcal	SÓ=1g TZS=2,4g ISK: EN=756,9kcal FH=21,3g ZS=23,4g SZH=109,5g CK=27,6g SÓ=1,7g TZS=5,4g KISK: EN=780,4kcal	EN=484,7kcal FH=9,1g ZS=16,1g SZH=73,6g CK=19,7g SÓ=0,7g TZS=5,5g KISK: EN=513kcal	EN=674,3kcal FH=31,6g ZS=33,9g SZH=55,1g CK=1,3g SÓ=3,3g TZS=13,2g KISK:
SZERDA 2026.09.02.	Csipkebogyó tea; Görögös szendvicsszalmakrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Házi körözött (2)*; Kigyóborka; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Tejbegríz (1, 2)*; Fahéjas porcukor;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Darás metélt (1)*; Porcukor; Baracklekvár;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggymártás (1, 2)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=233,8kcal FH=7,9g ZS=4,9g SZH=39,1g CK=9,7g SÓ=1g TZS=2,9g KISK: EN=308kcal	EN=202,2kcal FH=11,7g ZS=3,8g SZH=29,7g CK=0,4g SÓ=0,9g TZS=0,2g KISK:	SÓ=0,8g TZS=2,5g ISK: EN=965,8kcal FH=42,9g ZS=27g SZH=108,6g CK=43,5g SÓ=1,5g TZS=3,1g KISK: EN=845,5kcal	SÓ=0,6g TZS=0,8g ISK: EN=1016,2kcal FH=41g ZS=31,6g SZH=137,5g CK=32,9g SÓ=1,3g TZS=1,5g KISK: EN=1091kcal	EN=317,5kcal FH=17,3g ZS=14,4g SZH=28,8g CK=0,3g SÓ=1,7g TZS=8,5g KISK:	EN=538kcal FH=26,3g ZS=13,6g SZH=73,5g CK=32g SÓ=0,7g TZS=0,8g KISK: EN=545,4kcal
CSÜTÖRTÖK 2026.09.03.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Fahéjas csiga (1, 2)*; Alma;	Paradicsomleves betűtészta (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Csemege uborka (11, 15)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Csemege uborka (11, 15)*; Paradicsomleves betűtészta (1, 3, 5)*; Zöldséges rizottó (5)*; Szelet kenyér (1)*;	Sárgarépa; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Húsos lecsó; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=311,7kcal FH=11,9g ZS=9,8g SZH=43,4g CK=18,1g SÓ=0,8g TZS=5g KISK: EN=337,3kcal	EN=313kcal FH=4,3g ZS=10,8g SZH=48,9g CK=13,8g SÓ=0,5g TZS=5,5g KISK:	SÓ=2,3g TZS=4,8g ISK: EN=912kcal FH=29g ZS=34,7g SZH=112,9g CK=21,6g SÓ=3,8g TZS=7,8g KISK: EN=1074kcal	SÓ=2,5g TZS=1,3g ISK: EN=828,5kcal FH=35,7g ZS=22,2g SZH=139,3g CK=23,8g SÓ=3,8g TZS=1,7g KISK: EN=896,6kcal	EN=202,6kcal FH=6,7g ZS=5,1g SZH=32,4g CK=2,9g SÓ=0,9g TZS=0,2g KISK:	EN=674,5kcal FH=26,4g ZS=28,2g SZH=93,4g CK=11g SÓ=4,3g TZS=0,8g KISK: EN=723,1kcal
PÉNTEK 2026.09.04.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlésű kifli (1)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; BBQ csirkecombfilé (11)*; Kukoricás rizs (5)*; Szelet kenyér (1)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;	Kakaós csiga (1, 2)*; Csirkemájkrém 50g; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=286,7kcal FH=8,9g ZS=4,6g SZH=49,7g CK=16,6g SÓ=0,8g TZS=3,1g KISK:	EN=219,9kcal FH=8,3g ZS=6,4g SZH=32,3g CK=0,4g SÓ=1,5g TZS=3,9g KISK:	SÓ=1,4g TZS=1,2g ISK: EN=717,1kcal FH=33,2g ZS=22,4g SZH=110,8g CK=7,2g SÓ=2,4g TZS=2g KISK: EN=814,3kcal	SÓ=1g TZS=6g ISK: EN=704,7kcal FH=21,4g ZS=18,6g SZH=110,4g CK=47,1g SÓ=1,6g TZS=7,7g KISK: EN=811,7kcal	EN=318,5kcal FH=6,1g ZS=19,9g SZH=27,8g CK=1,3g SÓ=1,5g TZS=9,9g KISK:	EN=602,2kcal FH=14,1g ZS=26,1g SZH=75,1g CK=12,7g SÓ=1,7g TZS=10,5g KISK:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schnell

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.05.	Kifli (1, 2)*; Kefír (2)*;	Kakaókrém (2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Főtt burgonya; Csemege uborka (11, 15)*;		Alma; Teljes kiőrlésű gabonás keksz (1, 2, 4, 6, 8, 13)*;	Fokhagymás aprópecsenye (1, 5)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=216,8kcal FH=8,3g ZS=6,4g SZH=30,5g CK=7,3g SÓ=0,7g TZS=4g KISK: EN=216,8kcal	FH=6,5g ZS=9,1g SZH=47,9g CK=10,6g SÓ=0,8g TZS=1,9g KISK: EN=410,1kcal	SÓ=1,3g TZS=0,5g ISK: EN=760,5kcal FH=43,6g ZS=30,9g SZH=69,3g CK=6g SÓ=2,5g TZS=0,9g KISK: EN=812,7kcal		CK=9,2g SÓ=0,2g TZS=3g ISK: EN=220,4kcal FH=3,7g ZS=6g SZH=37,2g CK=9,2g SÓ=0,2g TZS=3g KISK: EN=226,6kcal FH=3,8g ZS=6g	EN=806kcal FH=30,8g ZS=33,6g SZH=88,4g CK=1,4g SÓ=1,5g TZS=0,8g KISK: EN=900kcal
KEDD 2026.09.06.	Poharas tej (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kockasajt (2)*;	Alma; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Zöldborsókrémleves (1, 2)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;		Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin; Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Zöldpaprika;	Zöldséges-húsos penne (1, 2, 5)*; Alma;
	FH=15,2g ZS=13,2g SZH=42g CK=0,4g SÓ=2g TZS=4,7g KISK: EN=418,6kcal FH=17,8g	EN=115,8kcal FH=1,4g ZS=1,4g SZH=23,6g CK=7g SÓ=0g TZS=0,6g KISK: EN=122kcal	SÓ=0,8g TZS=1,2g ISK: EN=706,4kcal FH=37,8g ZS=18g SZH=94,7g CK=6,3g SÓ=2g TZS=1,3g KISK: EN=839,6kcal		FH=10,1g ZS=10,6g SZH=35,6g CK=0,9g SÓ=1,7g TZS=3,4g KISK: EN=384,5kcal FH=14g	EN=655kcal FH=27g ZS=28,8g SZH=69,5g CK=5,1g SÓ=0,7g TZS=4g KISK: EN=782,2kcal
SZERDA						
CSÜTÖRTÖK						
PÉNTEK						

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schmald

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.07.	Alma dobozos üdítő 100%; Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz (1, 2)*;	Vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Eperkrémleves (1, 2)*; Sajtós panírozott halfilél (1, 2, 3, 4, 9)*; Rizibizi (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Eperkrémleves (1, 2)*; Paprikáskrumpli (1, 3, 5)*; Vegyes saláta; Félbarna kenyér (1)*;	Méz; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sült virsli (1, 2, 3, 4)*; Szárabbabfőzelék (1, 2)*;
	EN=279,6kcal FH=3,6g ZS=8,8g SZH=32,2g CK=0g SÓ=0,4g TZS=0g KISK: EN=279,6kcal	EN=182,6kcal FH=6,1g ZS=5g SZH=28,4g CK=0,4g SÓ=0,9g TZS=0,2g KISK:	SÓ=1,6g TZS=3g ISK: EN=795kcal FH=21,7g ZS=27,5g SZH=132,8g CK=18,7g SÓ=2,1g TZS=3,8g KISK: EN=879,9kcal	SÓ=0,6g TZS=0,6g ISK: EN=804,2kcal FH=35,8g ZS=15,8g SZH=127g CK=29,2g SÓ=1,5g TZS=1g KISK: EN=899,6kcal	EN=201kcal FH=5,3g ZS=3g SZH=39,6g CK=12,8g SÓ=0,9g TZS=0,9g KISK:	EN=574kcal FH=26,4g ZS=26,1g SZH=56,1g CK=2,2g SÓ=1,8g TZS=6,2g KISK:
KEDD 2026.09.08.	Gyümölcs tea; Kapros turókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;	Erőleves tésztával (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Erőleves tésztával (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes saláta; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Csikós tokány (1, 2, 5)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=238kcal FH=11,5g ZS=3,2g SZH=40g CK=9,4g SÓ=0,9g TZS=0,2g KISK:	FH=8,1g ZS=5,2g SZH=50,7g CK=17,8g SÓ=0,7g TZS=3,4g KISK: EN=295,2kcal	SÓ=0,6g TZS=0,5g ISK: EN=690,7kcal FH=43,7g ZS=13,5g SZH=94,7g CK=5,8g SÓ=1,2g TZS=0,7g KISK: EN=702,6kcal	SÓ=0,9g TZS=1,1g ISK: EN=824,5kcal FH=39,9g ZS=18,4g SZH=121,2g CK=19,7g SÓ=2,3g TZS=1,3g KISK: EN=898,4kcal	EN=238,8kcal FH=10,9g ZS=9,8g SZH=27,9g CK=0,7g SÓ=1,8g TZS=3,3g KISK:	EN=672,4kcal FH=23,7g ZS=36,9g SZH=51,3g CK=2,5g SÓ=1,2g TZS=2,7g KISK:
SZERDA 2026.09.09.	Csokoládé ízű tej (2)*; Liga Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Alma;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Sertéspörkölt (1)*; Orsó tészta (1)*; Uborkasaláta; Félbarna kenyér (1)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Mediterrán csirke (1, 5)*; Kuszusz (1, 5)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Köményes sertéssült (1)*; Paradicsomos káposzta-főzelék (1, 5)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=310,1kcal FH=11,9g ZS=7,6g SZH=48,4g CK=13,5g SÓ=0,8g TZS=3,6g KISK:	CK=2,2g SÓ=1g TZS=6g ISK: EN=386,8kcal FH=9,3g ZS=17,6g SZH=46g CK=3,4g SÓ=1,5g TZS=9,6g KISK: EN=393kcal FH=9,4g ZS=17,6g	SÓ=0,9g TZS=1g ISK: EN=844,2kcal FH=39,5g ZS=27g SZH=108,4g CK=11,5g SÓ=1,9g TZS=1,5g KISK: EN=983,4kcal	SÓ=0,6g TZS=1,2g ISK: EN=907kcal FH=37,1g ZS=24,1g SZH=105,8g CK=12,5g SÓ=1,6g TZS=1,7g KISK: EN=926,6kcal	FH=5,8g ZS=5,3g SZH=26,4g CK=0,4g SÓ=0,7g TZS=0,4g KISK: EN=185,4kcal FH=5,9g	FH=28,4g ZS=13,4g SZH=57,1g CK=15,8g SÓ=1g TZS=0,5g KISK: EN=554,3kcal FH=31,3g
CSÜTÖRTÖK 2026.09.10.	Limonádé; Soproni felvágott (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Kockasajt (2)*; Teljes kiőrlésű kifli (1)*; Zöldpaprika;	Lebbencsleves (1, 5)*; Spenótfőzelék (1, 2)*; Pritaminos sajtfelfújt (1, 2, 3)*; Félbarna kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Vadas pecsenye (1, 2, 5, 11)*; Spagetti (1)*;	Barackos háromszög (1, 2)*;	Brassói aprópecsenye (1, 5)*; Forgatott burgonya kocka (5)*;
	FH=11g ZS=9,6g SZH=38,9g CK=10g SÓ=1,6g TZS=3,7g KISK: EN=389,8kcal FH=15g	FH=8,1g ZS=7,8g SZH=29,6g CK=0,4g SÓ=1,8g TZS=4,8g KISK: EN=229,5kcal FH=8,2g	SÓ=1,4g TZS=7,8g ISK: EN=733,6kcal FH=32,9g ZS=22,5g SZH=96,1g CK=11,9g SÓ=2,4g TZS=9,9g KISK: EN=849,7kcal	SÓ=0,4g TZS=1,3g ISK: EN=738,6kcal FH=33g ZS=22g SZH=98,8g CK=8,1g SÓ=1,3g TZS=2g KISK: EN=863kcal FH=38g ZS=26,5g	EN=282,8kcal FH=3,8g ZS=10,2g SZH=43,3g CK=16,7g SÓ=0,4g TZS=4,6g KISK:	FH=22,9g ZS=32,7g SZH=45,6g CK=0,5g SÓ=1,1g TZS=1g KISK: EN=747,7kcal FH=29,4g
PÉNTEK 2026.09.11.	Citromos tea; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Sonkakrém (2)*; Zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Szilvásgombóc (1, 3)*; Fahéjas porcukor;	Sajtkrém (2, 5)*; Kifli (1, 2)*;	Dzsem (13)*; Bebo Mini Margarin; Zsemle (1)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=289,6kcal FH=9,7g ZS=10,3g SZH=39,3g CK=9,9g SÓ=1,7g TZS=4,1g KISK: EN=390kcal	EN=204,3kcal FH=8,1g ZS=4,5g SZH=31,5g CK=0,4g SÓ=1,4g TZS=0,6g KISK: EN=234kcal	SÓ=1,3g TZS=1,8g ISK: EN=833,7kcal FH=40,6g ZS=20,5g SZH=117,9g CK=39,7g SÓ=2,5g TZS=3,9g KISK: EN=968,8kcal	SÓ=2,2g TZS=1g ISK: EN=1010kcal FH=28,6g ZS=18,7g SZH=128,4g CK=31,6g SÓ=3,9g TZS=1,2g KISK: EN=1187,7kcal	EN=200,8kcal FH=6,1g ZS=6,9g SZH=28g CK=1,6g SÓ=1,2g TZS=4,3g KISK:	FH=13g ZS=21,6g SZH=81,3g CK=16,8g SÓ=2,1g TZS=10,6g KISK: EN=584kcal FH=13g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schnell

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.12.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Baromfivagdalt tepsiben (1, 3, 5)*; Vajas fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;		Banán; Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Pulykasült (5)*; Párolt rizs (5)*;
	FH=18,4g ZS=14,5g SZH=42,5g CK=9,9g SÓ=1,9g TZS=8,3g KISK: EN=461,6kcal	FH=5,8g ZS=3g SZH=35,6g CK=0,5g SÓ=0,9g TZS=0,9g KISK: EN=270,2kcal FH=8,5g	SÓ=0,9g TZS=2,2g ISK: EN=601,9kcal FH=25,8g ZS=14,8g SZH=84,7g CK=2,3g SÓ=1,7g TZS=2,6g KISK: EN=742,1kcal		EN=387,8kcal FH=10,7g ZS=6,6g SZH=69,5g CK=7,6g SÓ=0,7g TZS=4,2g KISK:	EN=433,3kcal FH=25g ZS=19,9g SZH=56,9g CK=0,4g SÓ=0,8g TZS=1,2g KISK:
KEDD 2026.09.13.	Alma dobozos üdítő 100%; Bebo Mini Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Sonkás krém 50g Eurofood; Félbarna kenyér (1)*;	Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldborsós sertés szelet (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;		Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Burgonyapüré (2, 4)*;
	CK=0,6g SÓ=0,6g TZS=0,7g ISK: EN=279,7kcal FH=5,3g ZS=4,1g SZH=42,4g CK=0,8g SÓ=0,8g TZS=0,8g KISK: EN=359,8kcal FH=8g ZS=4,4g	EN=287,4kcal FH=9g ZS=12,8g SZH=33,8g CK=0,8g SÓ=1,4g TZS=4,7g KISK:	SÓ=0,4g TZS=1,2g ISK: EN=708,1kcal FH=35g ZS=24,3g SZH=76,8g CK=4,8g SÓ=1,5g TZS=1,8g KISK: EN=779kcal		EN=270,9kcal FH=6,6g ZS=9,9g SZH=37,6g CK=1,3g SÓ=1,9g TZS=5g KISK: EN=270,9kcal	EN=509,6kcal FH=26,1g ZS=12,2g SZH=68,8g CK=29,1g SÓ=1,1g TZS=1,2g KISK:
SZERDA						
CSÜTÖRTÖK						
PÉNTEK						

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schmald

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.14.	Kefír (2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;	Baracklevár; Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	BrokkolikréMLEVES (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Kolbászos pásztor ragu bulgurral (1, 4, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	BrokkolikréMLEVES (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Rántott sajt (1, 2, 3)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Lekvár; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sonkás kocka (1, 2, 4)*; Tejföl (2)*;
	EN=254kcal FH=8,8g ZS=6,4g SZH=38,9g CK=7,3g SÓ=0,7g TZS=4g KISK: EN=260,2kcal	EN=438,6kcal FH=8,1g ZS=10g SZH=77,3g CK=28g SÓ=0,8g TZS=4,4g KISK: EN=442,2kcal	SÓ=1,1g TZS=2,4g ISK: EN=884,2kcal FH=39g ZS=29,9g SZH=103,1g CK=5g SÓ=2,5g TZS=4g KISK: EN=1054,2kcal	SÓ=1,2g TZS=2,4g ISK: EN=775kcal FH=24,2g ZS=31,1g SZH=94g CK=7,3g SÓ=1,9g TZS=5,4g KISK: EN=1009kcal FH=35,8g	EN=217,5kcal FH=5,4g ZS=3g SZH=42,2g CK=15,5g SÓ=0,9g TZS=0,9g KISK:	EN=617kcal FH=25,2g ZS=31g SZH=57,6g CK=2,8g SÓ=2,2g TZS=4,6g KISK:
KEDD 2026.09.15.	Karamellás tej (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*; Liga Margarin;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Magyaros húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*;	Magyaros húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csikók (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Körte;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Mustár (11)*;
	EN=336,9kcal FH=10,6g ZS=9,5g SZH=51,8g CK=26,8g SÓ=0,7g TZS=4g KISK:	EN=311,5kcal FH=18,3g ZS=14,5g SZH=27,2g CK=0,5g SÓ=1,9g TZS=8,4g KISK:	SÓ=0,9g TZS=2,4g ISK: EN=758,9kcal FH=51,2g ZS=24g SZH=78g CK=27,3g SÓ=2g TZS=2,8g KISK: EN=767,2kcal	SÓ=0,5g TZS=1,1g ISK: EN=734,8kcal FH=42g ZS=26g SZH=100,6g CK=8,1g SÓ=1,5g TZS=1,8g KISK: EN=868,7kcal	EN=248,3kcal FH=10,1g ZS=8,6g SZH=32,5g CK=2,9g SÓ=1,7g TZS=2g KISK: EN=340,8kcal	EN=17,4g ZS=18,1g SZH=68g CK=9,6g SÓ=2,9g TZS=5,7g KISK: EN=536,5kcal FH=18,1g
SZERDA 2026.09.16.	Meggyes gyümölcs Tea; Pritamin paprikás túrókrém (2)*; Zsemle (1)*;	Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlésű kifli (1)*;	Bakonyi betyárlevés (1, 2, 3, 5)*; Majorannás sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Szelet kenyér (1)*; Alma;	Bakonyi betyárlevés (1, 2, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Tejfölös burgonyafőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Temesvári aprópecsenye (1, 2, 5)*; Kuszkus (1, 5)*;
	EN=318,5kcal FH=10,2g ZS=12,2g SZH=40,1g CK=9,5g SÓ=0,7g TZS=1,3g KISK:	EN=182,4kcal FH=7,7g ZS=4,6g SZH=25,8g CK=0,6g SÓ=1,4g TZS=0,6g KISK:	TZS=1,1g ISK: EN=819,9kcal FH=43,6g ZS=30,3g SZH=110,2g CK=3,1g SÓ=2,3g TZS=1,9g KISK: EN=905,6kcal FH=45,4g	SÓ=1,1g TZS=1,5g ISK: EN=806,5kcal FH=46,2g ZS=27,3g SZH=85,3g CK=2,8g SÓ=2,4g TZS=2,1g KISK: EN=843,6kcal	EN=4,1g ZS=13,6g SZH=33g CK=12,9g SÓ=0,7g TZS=6,9g KISK: EN=275,8kcal FH=4,1g	EN=643,4kcal FH=24,4g ZS=33g SZH=57,7g CK=4,4g SÓ=1,2g TZS=2,1g KISK: EN=786kcal
CSÜTÖRTÖK 2026.09.17.	Limonádé; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Pince ragu (1)*; Törtburgonya (5)*; Félbarna kenyér (1)*; Fejeskáposzta-saláta;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Köményes sertéssült (1)*; Párolt lilakáposzta; Törtburgonya (5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Natúr szendvicskrém (2)*; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Csirkés rakottas Kertészné módra (1, 2, 4, 5)*;
	CK=7,7g SÓ=1,2g TZS=1,1g ISK: EN=242,8kcal FH=11,7g ZS=5g SZH=37,1g CK=10,1g SÓ=1,9g TZS=1,6g KISK: EN=330kcal FH=15,9g ZS=6,2g	FH=9g ZS=7,8g SZH=32,9g CK=0,4g SÓ=2g TZS=4,7g KISK: EN=306,6kcal FH=11,7g	SÓ=0,8g TZS=1g ISK: EN=874,4kcal FH=35,8g ZS=26,6g SZH=115g CK=9,2g SÓ=2,1g TZS=2,2g KISK: EN=960,8kcal	SÓ=1,1g TZS=0,9g ISK: EN=859,8kcal FH=37,5g ZS=26,4g SZH=110,4g CK=5g SÓ=2,2g TZS=2g KISK: EN=984,1kcal	EN=199,9kcal FH=6,8g ZS=4,8g SZH=31,2g CK=0,5g SÓ=0,8g TZS=3g KISK: EN=202,2kcal	EN=497,5kcal FH=34g ZS=17g SZH=46,9g CK=8,8g SÓ=1,3g TZS=6,5g KISK:
PÉNTEK 2026.09.18.	Tej (2)*; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Filézett halászlé (5, 9)*; Félbarna kenyér (1)*; Túrófelfújt (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Baracklevár; Porcukor;	Filézett halászlé (5, 9)*; Félbarna kenyér (1)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*;	Teavaj (2)*; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;	Sonkás krém 50g Eurofood; Kifli (1, 2)*; Alma; Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=370,8kcal FH=16,4g ZS=16,8g SZH=39g CK=12,3g SÓ=2g TZS=7,6g KISK: EN=489,8kcal	FH=9,2g ZS=9,6g SZH=18,1g CK=0,5g SÓ=1,5g TZS=3,2g KISK: EN=236,6kcal FH=11,4g	SÓ=3,4g TZS=6g ISK: EN=838,6kcal FH=36,1g ZS=26,6g SZH=110,5g CK=62,2g SÓ=3,7g TZS=6,4g KISK: EN=972,8kcal	SÓ=3,4g TZS=4,8g ISK: EN=721,1kcal FH=24g ZS=27,3g SZH=94,7g CK=22,5g SÓ=3,7g TZS=5,2g KISK: EN=886,4kcal	EN=219,6kcal FH=4g ZS=11g SZH=25,6g CK=1,6g SÓ=0,5g TZS=7,4g KISK:	EN=908,2kcal FH=16,2g ZS=45,8g SZH=104,8g CK=26,7g SÓ=2,2g TZS=21,1g KISK:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schmiedl

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.19.	Citromos tea; Virsli (1, 2, 3, 4)*; Mustár (11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Eperkrémleves (1, 2)*; Gombás sertésragu (1, 2, 5)*; Burgonyapüré (2, 4)*;		Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizibizi (5)*; Almakompót;
	FH=10,5g ZS=10,3g SZH=44,3g CK=10g SÓ=1,7g TZS=3g KISK: EN=457,9kcal FH=15,9g	EN=245,6kcal FH=6,7g ZS=5g SZH=43,1g CK=0,8g SÓ=0,9g TZS=0,1g KISK:	SÓ=0,4g TZS=3,1g ISK: EN=811,7kcal FH=24,5g ZS=35,9g SZH=89,7g CK=16,7g SÓ=1,2g TZS=6,3g KISK: EN=862,7kcal		CK=0,4g SÓ=1,1g TZS=0,4g ISK: EN=192,3kcal FH=8,6g ZS=4,6g SZH=29,1g CK=0,6g SÓ=1,6g TZS=0,5g KISK: EN=288kcal FH=12,2g ZS=7,2g	EN=533,4kcal FH=27,2g ZS=19,1g SZH=80,8g CK=22,1g SÓ=0,9g TZS=1,2g KISK:
KEDD 2026.09.20.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma;		Bebo Mini Margarin; Fonottka (1, 2)*; Narancs;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépafozelék (1, 2)*; Alma;
	EN=244,9kcal FH=7,8g ZS=6,3g SZH=39,3g CK=9,4g SÓ=1,5g TZS=3,9g KISK:	EN=235,2kcal FH=10,1g ZS=9,4g SZH=27,8g CK=0,7g SÓ=1,7g TZS=3,3g KISK:	SÓ=0,6g TZS=3,1g ISK: EN=721,9kcal FH=34,2g ZS=12,5g SZH=135,8g CK=47,8g SÓ=0,9g TZS=3,8g KISK: EN=758,8kcal		EN=228,2kcal FH=4,7g ZS=4,9g SZH=39,1g CK=1,9g SÓ=0,5g TZS=1,4g KISK:	FH=29,5g ZS=13,9g SZH=61,3g CK=22,3g SÓ=1,1g TZS=1,4g KISK: EN=518,9kcal
SZERDA						
CSÜTÖRTÖK						
PÉNTEK						

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schmald

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.21.	Joghurt (2)*; Teljes kiörlésű gyümölcsös keksz (1, 2)*;	Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Körtekrémleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Vajas fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Körtekrémleves (1, 2)*; Olaszos rakott tészta (1, 2)*;	Magyaros vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Lilahagyma;	Romanobabfőzelék (1, 2)*; Sertésvagdalt (1, 3, 5)*;
	EN=284,6kcal FH=8,7g ZS=14,2g SZH=29,2g CK=6g SÓ=0,6g TZS=3,6g KISK: EN=284,6kcal	EN=200,8kcal FH=11,7g ZS=5g SZH=27,6g CK=0,7g SÓ=1,9g TZS=1,6g KISK:	SÓ=1,7g TZS=5,4g ISK: EN=714,7kcal FH=16,6g ZS=21,2g SZH=108,9g CK=32,9g SÓ=1,9g TZS=5,8g KISK: EN=900,6kcal	SÓ=0,7g TZS=2,6g ISK: EN=750,9kcal FH=33,1g ZS=18,7g SZH=111g CK=38,5g SÓ=1g TZS=4,7g KISK: EN=804,5kcal	FH=5,6g ZS=5,1g SZH=34,4g CK=2,3g SÓ=0,7g TZS=3,2g KISK: EN=212,8kcal FH=5,7g	EN=570,9kcal FH=26,8g ZS=29,4g SZH=51,1g CK=5,1g SÓ=1g TZS=0,9g KISK: EN=589,7kcal
KEDD 2026.09.22.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Frankfurtilves (1, 2, 3, 4, 5)*; Sajtmártásos csirkemell kockák (1, 2, 5, 6)*; Bulgur (1, 5)*; Szilva;	Frankfurtilves (1, 2, 3, 4, 5)*; Gyümölcs rizs erdei gyümölcsökkel (1, 2, 3, 4, 13)*; Porcukor;	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sajtos metélt (1)*; Tejföl (2)*; Sajt szórát (2)*;
	EN=236,1kcal FH=11,3g ZS=3,8g SZH=38,4g CK=9,4g SÓ=0,9g TZS=0,2g KISK: EN=320kcal	FH=18,4g ZS=14,5g SZH=33,5g CK=0,9g SÓ=1,9g TZS=8,3g KISK: EN=421kcal FH=21,1g	SÓ=1,4g TZS=6,6g ISK: EN=877kcal FH=44,2g ZS=33,2g SZH=90,2g CK=3,6g SÓ=2,6g TZS=8,3g KISK: EN=977kcal	SÓ=0,9g TZS=5,6g ISK: EN=832,8kcal FH=23,3g ZS=23g SZH=153,5g CK=62,1g SÓ=1,8g TZS=7g KISK: EN=882,1kcal	FH=6,4g ZS=9,1g SZH=41,6g CK=10,2g SÓ=0,8g TZS=2g KISK: EN=371,4kcal FH=9,3g	EN=435,1kcal FH=16,1g ZS=16,8g SZH=54,3g CK=2,8g SÓ=0,7g TZS=4,6g KISK:
SZERDA 2026.09.23.	Eper ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Méz; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Bebo Mini Margarin;	Dörögicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Szelet kenyér (1)*;	Dörögicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Gyrosos sertéscsikok (1, 5)*; Paradicsomos bulgur (1, 5)*; Joghurt öntet (2)*; Szerenádsaláta;	Liga Margarin; Teljes kiörlésű kifli (1)*; Paradicsom;	Csipkebogyó tea; Baconos péklángos (1, 2, 13)*;
	EN=321,4kcal FH=12,1g ZS=7,4g SZH=49,1g CK=17,7g SÓ=0,6g TZS=4g KISK: EN=349,8kcal	EN=225,9kcal FH=5,2g ZS=4,1g SZH=43,6g CK=16,8g SÓ=0,8g TZS=0,9g KISK:	SÓ=2,5g TZS=7,8g ISK: EN=904,6kcal FH=46,4g ZS=37,3g SZH=93,9g CK=3,8g SÓ=3g TZS=8,3g KISK: EN=1005,6kcal	SÓ=1g TZS=2,2g ISK: EN=856,6kcal FH=50g ZS=32,5g SZH=82,5g CK=7,3g SÓ=2,5g TZS=3,4g KISK: EN=974,1kcal FH=56g	CK=0,4g SÓ=0,7g TZS=0,9g ISK: EN=157,6kcal FH=4,9g ZS=3,1g SZH=25,9g CK=0,5g SÓ=0,7g TZS=1g KISK: EN=163,5kcal FH=5g ZS=3,5g	EN=358,9kcal FH=11,4g ZS=13,5g SZH=45,8g CK=9,9g SÓ=1,4g TZS=5,7g KISK:
CSÜTÖRTÖK 2026.09.24.	Limonádé; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Kassai burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Csirkés parajos penne (1, 2)*;	Kassai burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Bükk pecsenye (1, 2, 4, 5)*; Kuskusz (1, 5)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Bogdányi sertésrakottas (1, 2, 4, 5)*;
	FH=8,9g ZS=12,4g SZH=36,8g CK=10g SÓ=1,7g TZS=4,7g KISK: EN=398,2kcal FH=12,4g	EN=219,8kcal FH=8,6g ZS=6,6g SZH=30,8g CK=7,6g SÓ=0,7g TZS=4,2g KISK:	SÓ=1,2g TZS=9,5g ISK: EN=938kcal FH=57,3g ZS=43,5g SZH=77,8g CK=6g SÓ=2,4g TZS=14,3g KISK: EN=1024,1kcal	TZS=5,7g ISK: EN=943,8kcal FH=41,3g ZS=48g SZH=82,4g CK=4,8g SÓ=2,5g TZS=9,2g KISK: EN=1074kcal FH=46g ZS=49,6g	EN=218,4kcal FH=8,4g ZS=6,5g SZH=31,8g CK=0,4g SÓ=1,5g TZS=3,9g KISK:	EN=614,7kcal FH=22,8g ZS=28,4g SZH=59,9g CK=0,3g SÓ=0,7g TZS=2,4g KISK:
PÉNTEK 2026.09.25.	Tej (2)*; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Tejfölös-túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Főtt burgonya; Szelet kenyér (1)*;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Bácskai rizseshús (5)*; Szelet kenyér (1)*;	Olaszos szendvicsskrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Kakaós csiga (1, 2)*; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Körte;
	EN=351,6kcal FH=16,7g ZS=14g SZH=40,1g CK=12,7g SÓ=2g TZS=6,6g KISK: EN=467,6kcal	FH=11,7g ZS=3,4g SZH=36,3g CK=0,8g SÓ=0,9g TZS=0,1g KISK: EN=324,5kcal FH=16g	SÓ=1,8g TZS=0,9g ISK: EN=872,5kcal FH=45,4g ZS=18,5g SZH=132g CK=21,1g SÓ=2,5g TZS=1,2g KISK: EN=893,7kcal	SÓ=1,8g TZS=1,3g ISK: EN=763kcal FH=44,4g ZS=24,5g SZH=108,7g CK=3,4g SÓ=2,8g TZS=1,6g KISK: EN=858kcal	EN=188,4kcal FH=7,8g ZS=4,8g SZH=28,4g CK=0,7g SÓ=1g TZS=2,9g KISK: EN=256,8kcal	EN=867,4kcal FH=14,8g ZS=37,5g SZH=114,5g CK=26,7g SÓ=2,7g TZS=19,8g KISK:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schnell

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.26.	Alma dobozos üdítő 100%; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	GombakréMLEves (1, 2, 3, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Sertésflekken (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kukoricás rizs (5)*;		Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Aprópecsenye (1, 5)*; Paradicsomos burgonyafőzelék (1, 5)*;
	EN=349kcal FH=10,2g ZS=9,4g SZH=43,1g CK=1,1g SÓ=1,7g TZS=3,2g KISK:	EN=219kcal FH=5,9g ZS=3g SZH=41,9g CK=0,9g SÓ=0,9g TZS=0,8g KISK:	SÓ=0,6g TZS=1,1g ISK: EN=687,3kcal FH=34,3g ZS=25,6g SZH=97,4g CK=3,7g SÓ=1,6g TZS=1,7g KISK: EN=718,1kcal		CK=0,6g SÓ=1,1g TZS=2,8g ISK: EN=234,2kcal FH=7,9g ZS=6,3g SZH=36,6g CK=0,8g SÓ=1,5g TZS=3,8g KISK: EN=314,3kcal FH=10,6g	EN=654,2kcal FH=25,7g ZS=31,3g SZH=60,9g CK=10,2g SÓ=0,7g TZS=0,7g KISK:
KEDD 2026.09.27.	Alma dobozos üdítő 100%; Virslis (1, 2, 3, 4)*; Ketchup; Mustár (11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zsemle (1)*; Kockasajt (2)*;	ZöldségkréMLEves (1, 2, 3, 5)*; Csirkés-gombás rakott tészta (1, 2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Banán;		Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Alma;	Cézársaláta (1, 2, 3, 4, 9)*;
	EN=385,1kcal FH=10,6g ZS=10,3g SZH=45,4g CK=1,9g SÓ=1,9g TZS=3g KISK: EN=542,9kcal	CK=0,2g SÓ=1,2g TZS=2,5g ISK: EN=233,4kcal FH=7,4g ZS=7,5g SZH=33g CK=0,2g SÓ=1,8g TZS=4,8g KISK: EN=233,4kcal FH=7,4g	SÓ=1,1g TZS=1,8g ISK: EN=909,4kcal FH=37,9g ZS=16g SZH=150,2g CK=7,9g SÓ=2g TZS=2,3g KISK: EN=971,3kcal		EN=195,5kcal FH=4g ZS=4,7g SZH=33,2g CK=1,6g SÓ=0,5g TZS=1,3g KISK:	FH=28,6g ZS=2,4g SZH=36,8g CK=0,8g SÓ=0,8g TZS=0,1g KISK: EN=366,9kcal
SZERDA						
CSÜTÖRTÖK						
PÉNTEK						

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schmald

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.28.	Tej (2)*; Csokoládés gabonapehely (1, 8)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Krémsajttal töltött csirke medál (1, 2, 3, 4, 11)*; Snidlinges burgonyapüré (2, 4)*; Szelet kenyér (1)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Svéd húsgolyó (3, 5, 6)*; Snidlinges burgonyapüré (2, 4)*; Barna mártás (1, 2, 4, 5, 11)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépás rizs (5)*; Vegyes saláta;
	EN=227,3kcal FH=9,4g ZS=5,1g SZH=37,6g CK=11,8g SÓ=0,4g TZS=2,8g KISK:	EN=248,8kcal FH=11,5g ZS=10g SZH=29,4g CK=0,7g SÓ=1,8g TZS=3,3g KISK:	SÓ=2,1g TZS=4,7g ISK: EN=847,9kcal FH=24,4g ZS=24,1g SZH=127,2g CK=29,1g SÓ=2,8g TZS=8,8g KISK: EN=888,4kcal	SÓ=0,8g TZS=6,4g ISK: EN=894,9kcal FH=29,4g ZS=39,9g SZH=97,1g CK=35,8g SÓ=1,6g TZS=9,8g KISK: EN=909,2kcal	EN=210,5kcal FH=5,6g ZS=4,7g SZH=35,3g CK=1,6g SÓ=1,1g TZS=2,8g KISK:	EN=570,4kcal FH=33,8g ZS=17,6g SZH=78,6g CK=15,9g SÓ=1,3g TZS=0,9g KISK:
KEDD 2026.09.29.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Citromos sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldfűszeres csirke csíkok (2, 11)*; Párolt rizs (5)*; Félbarna kenyér (1)*; Körte;	Citromos sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Rakott zöldbab (1, 2, 3, 5)*; Szelet kenyér (1)*; Körte;	Olasz felvágott (2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Erdei gyümölcs tea; Pizza (1, 2)*;
	FH=9,1g ZS=9,7g SZH=39,3g CK=10,2g SÓ=1,6g TZS=3,2g KISK: EN=350,9kcal	EN=251,8kcal FH=7,6g ZS=5,2g SZH=42,3g CK=17,8g SÓ=0,7g TZS=3,4g KISK:	SÓ=0,8g TZS=4,2g ISK: EN=782,2kcal FH=37,2g ZS=32,1g SZH=103,3g CK=4,7g SÓ=1,8g TZS=4,9g KISK: EN=951kcal	SÓ=1,4g TZS=1,2g ISK: EN=728,9kcal FH=42,6g ZS=20,2g SZH=94,2g CK=9,8g SÓ=1,8g TZS=1,5g KISK: EN=843,4kcal	FH=10,1g ZS=11,5g SZH=31,1g CK=0,5g SÓ=1,5g TZS=4,4g KISK: EN=302,1kcal	EN=706,9kcal FH=27,2g ZS=26,1g SZH=84,6g CK=14,7g SÓ=2,7g TZS=5,7g KISK:
SZERDA 2026.09.30.	Limonádé; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Méz; Bebo Mini Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldségkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Csirke paprikás (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldségkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Panírozott alaszakai tőkehal filé (1, 2, 4, 5, 10, 11)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*; Majonéz (3, 11)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Stíriai metélt (1, 2, 3, 4, 13)*;
	EN=276,4kcal FH=9,6g ZS=8g SZH=38g CK=9,9g SÓ=1,3g TZS=2,8g KISK:	FH=5,3g ZS=4,1g SZH=49,9g CK=17,2g SÓ=0,8g TZS=0,8g KISK: EN=331,8kcal FH=8g	SÓ=0,8g TZS=1g ISK: EN=787,6kcal FH=37,7g ZS=23,3g SZH=104,1g CK=7,6g SÓ=1,6g TZS=1,3g KISK: EN=980,6kcal	SÓ=1,7g TZS=2,4g ISK: EN=871,5kcal FH=30,3g ZS=32,1g SZH=105,6g CK=6,8g SÓ=2,5g TZS=2,9g KISK: EN=1041kcal	EN=270,9kcal FH=6,6g ZS=9,9g SZH=37,6g CK=1,3g SÓ=1,9g TZS=5g KISK: EN=270,9kcal	EN=610,9kcal FH=22,8g ZS=15,5g SZH=93,5g CK=34,4g SÓ=0,4g TZS=3,1g KISK:
CSÜTÖRTÖK 2026.10.01.						
PÉNTEK 2026.10.02.						

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Klúg



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



Schnitz

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

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma	37,20kcal	0,50g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma dobozos üdítő 100% Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almakompót Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Szegfűszeg	83,50kcal	0,30g	0,10g	19,70g	19,70g	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
Amerikai palacsinta Összetétel: Fagy. amerikai palacsinta	288,00kcal	7,70g	6,10g	48,60g	19,60g	1,10g	1,00g
Aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	342,20kcal	18,20g	26,70g	4,90g	0,50g	0,40g	0,30g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,60g	11,90g	69,10g	26,30g	0,60g	4,90g
Baconos péklángos Összetétel: Fagy. baconos péklángos 170 g	319,00kcal	11,30g	13,50g	36,30g	0,90g	1,40g	5,70g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	426,50kcal	25,90g	18,50g	57,70g	0,60g	1,10g	1,10g
Bakonyi betyárleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	180,00kcal	15,50g	8,70g	8,50g	1,70g	0,70g	0,40g
Banán Összetétel: Banán	168,00kcal	2,10g	0,00g	38,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,10g	0,00g	18,10g	18,00g	0,00g	0,00g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 50g, Fagy. barackos háromszög 70g	282,80kcal	3,80g	10,20g	43,30g	16,70g	0,40g	4,60g
Barna mártás Összetétel: Aro margarin, Babérlevél, őrlött, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Sertés csont, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	178,70kcal	2,50g	10,30g	18,20g	7,10g	0,60g	2,90g
Baromfi párizsi Összetétel: Baromfi párizsi	85,60kcal	4,10g	7,40g	0,60g	0,00g	0,80g	2,60g
Baromfivagdalt tepsiben Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor, Vöröshagyma	159,30kcal	14,60g	6,90g	8,90g	0,80g	0,50g	0,50g
BBQ csirkecombfilé Összetétel: Barbecue szósz, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Felső csirkecomb filé, Ketchup, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,40kcal	16,80g	9,70g	2,90g	1,90g	0,50g	0,60g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Big Burger Összetétel: Fagy. hamburger pogácsa 120g (Matusz), Fejes saláta, Ketchup, Kigyó uborka, Lapkasajt, Lilahagyma, Paradicsom, Zsemle Hamburger nagy briós 86 g (Matusz)	674,30kcal	31,60g	33,90g	55,10g	1,30g	3,30g	13,20g
Bogdányi sertésrakottas Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%'	614,70kcal	22,80g	28,40g	59,90g	0,30g	0,70g	2,40g
Bolognai ragu Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Örölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	189,50kcal	17,50g	9,60g	7,10g	4,60g	0,60g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,10kcal	17,40g	26,50g	5,10g	0,50g	0,40g	0,40g
Brokkolikrémléves Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	148,20kcal	5,60g	3,50g	21,40g	2,80g	0,50g	0,30g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Örölt 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, örölt, 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
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	123,50kcal	3,30g	2,00g	21,00g	0,80g	0,40g	0,80g
Bükki pecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Örölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	245,60kcal	19,70g	12,50g	12,30g	0,40g	0,40g	0,80g
Cézársaláta Összetétel: Csirkemell filé, Félbarna kenyér, Jégсалáta, Kigyó uborka, Örölt fekete bors, Paradicsom, Salátaöntet 'Cézár', Só 'jódozott'	286,50kcal	28,60g	2,40g	36,80g	0,80g	0,80g	0,10g
Chilisbab Összetétel: Babérlevél, örölt, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Örölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	499,00kcal	37,70g	10,30g	60,70g	4,10g	0,40g	0,30g
Citromos sertésraguleves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	174,50kcal	14,00g	7,30g	11,90g	2,10g	0,50g	0,60g
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
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	14,00kcal	0,60g	0,10g	2,40g	1,90g	1,50g	0,00g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	330,70kcal	16,10g	26,90g	3,60g	0,60g	0,60g	1,50g
Csipebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,10kcal	8,80g	10,40g	18,40g	0,00g	1,20g	3,10g
Csirke paprikás Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	200,40kcal	21,20g	8,60g	8,30g	0,80g	0,40g	0,40g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	253,60kcal	18,90g	6,80g	27,80g	4,00g	0,50g	0,50g
Csirkés parajos penne Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Főzőtejszín, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	588,60kcal	45,40g	17,80g	61,00g	5,00g	0,90g	7,10g
Csirkés rakottas Kertészné módra Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. brokkoli, Fagy. gomba, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Félegyházi morzsa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma	497,50kcal	34,00g	17,00g	46,90g	8,80g	1,30g	6,50g
Csirkés-gombás rakott tészta Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	466,90kcal	26,70g	12,40g	61,20g	5,10g	1,10g	2,10g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjélesztő, Tej '1,5%'	141,00kcal	7,80g	3,80g	19,40g	11,50g	0,20g	2,20g
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. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	224,40kcal	6,50g	5,30g	36,00g	1,40g	0,60g	0,70g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	419,20kcal	11,10g	9,50g	71,70g	2,80g	0,20g	1,10g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Dörögcsi csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	211,20kcal	16,60g	8,20g	17,30g	2,40g	0,50g	0,40g
Dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,20g	0,00g	0,00g
Eper ízű tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjélesztő, Tej '1,5%'	141,30kcal	7,80g	3,80g	17,60g	11,50g	0,20g	2,20g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea 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	174,80kcal	2,00g	0,90g	38,40g	13,30g	0,20g	0,40g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Erdei gyümölcsleves	179,40kcal	2,70g	1,30g	38,40g	19,70g	0,10g	0,40g
Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'							
Erdei-bodzás gyümölcs tea	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor							
Erőleves tésztával	127,60kcal	3,90g	3,00g	20,70g	1,40g	0,50g	0,40g
Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma							
Fahéjas csiga	275,80kcal	3,80g	10,80g	40,50g	13,80g	0,50g	5,50g
Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g							
Fahéjas porcukor	65,00kcal	0,00g	0,00g	16,10g	16,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Fahéj, Porcukor							
Fahéjas szilvaleves	158,10kcal	1,90g	1,70g	32,70g	25,50g	0,10g	0,80g
Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg							
Fatörzskifli	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Összetétel: Fatörzskifli 57g							
Fejeskáposzta-saláta	57,30kcal	1,60g	0,20g	11,90g	6,00g	0,20g	0,00g
Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'							
Félbarna kenyér	80,10kcal	2,70g	0,30g	16,70g	0,40g	0,40g	0,00g
Összetétel: Félbarna kenyér							
Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Összetétel: Félbarna kenyér							
Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Összetétel: Félbarna kenyér							
Félbarna kenyér	64,10kcal	2,10g	0,20g	13,30g	0,30g	0,30g	0,00g
Összetétel: Félbarna kenyér							
Filézett halászlé	126,40kcal	9,80g	7,70g	6,10g	3,50g	3,20g	2,80g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. piramin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítőanyag, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Fokhagymás aprópecsenye	334,00kcal	18,00g	26,70g	3,20g	0,50g	0,30g	0,30g
Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Fonott kalács	343,20kcal	7,90g	7,60g	59,10g	9,90g	0,70g	3,70g
Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács							
Fonottka	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Összetétel: Fonottka 50g							
Forgatott burgonya kocka	256,50kcal	5,50g	6,20g	40,50g	0,00g	0,70g	0,60g
Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'							
Főtt burgonya	117,50kcal	3,10g	0,40g	23,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Köménymag, Só 'jódozott', főzővíz'	188,20kcal	5,00g	0,60g	36,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Virsli Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	260,60kcal	9,10g	13,80g	23,60g	0,90g	1,10g	3,10g
GombakréMLEves Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	149,10kcal	5,50g	3,20g	23,80g	1,40g	0,50g	0,60g
Gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. prítamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	97,40kcal	3,60g	3,30g	12,60g	1,10g	0,50g	0,30g
Gombás sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. prítamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	302,50kcal	14,90g	23,20g	6,20g	0,60g	0,50g	0,90g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	44,80kcal	6,40g	2,00g	0,40g	0,20g	1,00g	0,70g
Görögös szendvicskrém Összetétel: Görögös szendvicskrém	48,00kcal	2,10g	4,20g	0,50g	0,30g	0,20g	2,70g
Gulyásleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	407,00kcal	26,80g	21,80g	22,40g	1,90g	0,60g	0,30g
Gyrosos sertécsíkok Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Gyros fűszerkeverék, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,90kcal	22,70g	12,00g	11,80g	0,40g	0,70g	0,40g
Gyümölcs rizs erdei gyümölcsökkel Összetétel: Aro margarin, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Kristálycukor, Porcukor, Puding por, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	532,20kcal	14,20g	9,20g	119,90g	51,20g	0,70g	3,90g
Gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Hamis gulyásleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. prítamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	116,80kcal	2,90g	2,70g	18,40g	1,10g	0,50g	0,30g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	61,80kcal	6,00g	3,20g	1,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	242,20kcal	8,90g	9,70g	28,70g	0,30g	1,40g	3,20g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Mustár, Virsli Pulyka Gallicoop	467,90kcal	17,00g	17,60g	58,10g	0,60g	2,80g	5,70g
Húsgombóc Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	190,80kcal	18,80g	6,90g	18,50g	0,40g	0,40g	0,10g
Húsos lecsó 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	532,90kcal	31,50g	14,90g	65,60g	3,30g	1,10g	0,80g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Joghurt öntet Összetétel: Fokhagyma, Natúr joghurt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott'	37,60kcal	2,10g	2,20g	2,50g	2,40g	0,10g	1,40g
Kakaókrém Összetétel: Kakaókrém	141,50kcal	1,20g	8,50g	14,50g	9,80g	0,00g	1,80g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 70g	585,20kcal	7,60g	29,30g	71,00g	25,10g	1,00g	14,70g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g, Fagy. kakaós csiga 70g	275,80kcal	4,10g	13,60g	33,00g	12,90g	0,70g	6,90g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,80g	14,60g	35,50g	12,50g	0,50g	7,40g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,80kcal	1,00g	1,00g	15,60g	15,00g	0,00g	0,60g
Kapros turókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Kapor, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	52,20kcal	5,70g	2,50g	1,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '1,5%'	140,40kcal	6,50g	3,20g	21,70g	21,70g	0,20g	1,90g
Kassai burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, őrölt, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Lestyán, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	349,40kcal	11,90g	25,70g	16,80g	1,00g	1,50g	7,20g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,20g	0,50g	0,90g	3,90g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,10g	0,00g	1,10g	0,90g	0,20g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,80kcal	3,50g	1,20g	24,80g	1,60g	0,50g	0,60g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,00g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kolbászos pásztor ragu bulgurral Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt kolbász, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	585,10kcal	29,20g	21,90g	58,40g	1,10g	1,40g	3,60g
Köményes sertéssült Összetétel: Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	177,80kcal	20,60g	7,80g	5,20g	0,10g	0,40g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	62,40kcal	0,50g	0,00g	14,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Körtekrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. körte, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	169,90kcal	1,50g	0,70g	39,00g	31,60g	0,10g	0,20g
Krémsajttal töltött csirke medál Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtós korong Hungerit	194,90kcal	9,60g	10,00g	16,00g	0,00g	1,40g	2,90g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	372,50kcal	9,80g	10,10g	52,90g	1,90g	0,60g	1,30g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	282,70kcal	7,00g	9,60g	61,80g	1,10g	0,60g	1,00g
Kuszkusz Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuszkusz, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	348,80kcal	9,70g	9,80g	53,30g	3,40g	0,60g	1,20g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes fodros kocka tészta, Vöröshagyma	202,30kcal	5,70g	4,10g	33,60g	2,70g	0,70g	0,80g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,10g	0,00g	15,00g	15,00g	0,00g	0,00g
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, örölt, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	278,50kcal	21,50g	9,90g	24,00g	2,30g	0,50g	0,40g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	8,00g	0,90g	0,10g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,10g	2,40g	0,10g	0,10g	0,10g	0,70g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma	19,80kcal	0,60g	0,00g	4,70g	2,10g	0,00g	0,00g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Magyaros húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, örölt, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	176,60kcal	14,30g	7,40g	12,10g	1,00g	0,70g	0,40g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,10g	2,90g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
Majorannás sertésragu Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	188,70kcal	17,70g	10,70g	4,30g	0,40g	0,40g	0,30g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,30kcal	8,50g	6,50g	51,90g	2,80g	0,20g	0,80g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,90g	0,00g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,60kcal	8,50g	7,40g	51,90g	2,80g	0,20g	0,90g
Mediterrán csirke Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Oregánó, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	261,50kcal	21,80g	8,00g	23,90g	6,60g	0,40g	0,40g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,10g	0,00g	9,50g	9,00g	0,00g	0,00g
Meggy mártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	236,20kcal	3,50g	0,90g	52,60g	31,80g	0,20g	0,30g
Méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,50g	16,40g	0,00g	0,00g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,00g	0,00g	12,40g	12,30g	0,00g	0,00g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	242,00kcal	22,60g	8,30g	18,50g	6,90g	0,40g	0,30g
Mirelit rántott sertés szelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott sertés szelet	243,10kcal	11,00g	10,30g	26,00g	5,10g	1,10g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	4,00g	3,90g	30,00g	5,00g	0,40g	2,00g
Mustár Összetétel: Mustár	10,00kcal	0,40g	0,50g	0,90g	0,00g	0,10g	0,00g
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,90g	1,40g	15,20g	7,00g	0,00g	0,60g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,70kcal	1,00g	4,70g	1,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Narancs Összetétel: Narancs	49,20kcal	0,70g	0,00g	10,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr szendvicskrém Összetétel: Natúr szendvicskrém	48,00kcal	2,10g	4,20g	0,50g	0,30g	0,20g	2,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Olasz felvágott Összetétel: Olasz felvágott	99,60kcal	5,20g	8,40g	0,80g	0,20g	0,80g	3,40g
Olaszos rakott tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	581,00kcal	31,60g	18,00g	72,00g	6,90g	0,90g	4,50g
Olaszos szendvicskrém Összetétel: Olaszos szendvicskrém	48,00kcal	2,10g	4,20g	0,50g	0,30g	0,20g	2,70g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta	325,20kcal	8,50g	9,30g	51,90g	2,80g	0,20g	1,10g
Panírozott alaszakai tőkehal filé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. alaszakai tőkehalfilé panírozott	243,70kcal	15,00g	9,80g	23,10g	0,00g	1,00g	0,90g
Paprikás sertés szelet Összetétel: 'Fűszer' - Húsuphító, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	242,50kcal	22,10g	12,80g	8,20g	0,30g	0,40g	0,50g
Paprikáskrumpli Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	477,50kcal	30,20g	14,50g	55,70g	0,80g	0,80g	0,60g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtésztaival Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	236,00kcal	5,70g	5,40g	40,60g	18,80g	0,50g	0,60g
Paradicsommártás 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
Paradicsomos bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	338,20kcal	7,60g	10,00g	47,00g	1,90g	0,60g	1,20g
Paradicsomos burgonyafőzelék Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma, Zeller zöld	312,00kcal	7,50g	4,60g	56,00g	9,70g	0,30g	0,40g
Paradicsomos káposzta-főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	177,90kcal	5,00g	3,40g	31,60g	15,60g	0,40g	0,30g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	93,90kcal	4,30g	7,90g	1,40g	0,00g	0,90g	1,80g
Párolt lilakáposzta Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Kristálycukor, Lilakáposzta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,90g	1,30g	10,00g	3,00g	0,40g	0,10g
Párolt rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,80kcal	4,60g	10,30g	55,60g	0,20g	0,40g	1,10g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	94,00kcal	3,90g	7,40g	0,60g	0,10g	0,50g	2,60g
Pince ragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Sertés máj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	195,50kcal	19,20g	9,10g	7,90g	1,30g	0,50g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pizza Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Ketchup, Kristálycukor, Oregánó, Pizzalap, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Trappista sajt, Vöröshagyma	667,00kcal	27,10g	26,10g	75,10g	5,70g	2,70g	5,70g
Pizzás csiga Összetétel: Pizzás csiga 50g, Pizzás csiga 70g	349,60kcal	8,80g	17,60g	37,60g	3,40g	1,50g	9,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	40,00kcal	0,00g	0,00g	10,00g	10,00g	0,00g	0,00g
Pritamin paprikás túrókrém 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
Pritaminos sajtalfűjt Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	242,80kcal	15,50g	12,30g	16,20g	0,30g	1,00g	7,80g
Pulykasült Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,50kcal	20,40g	9,60g	1,30g	0,20g	0,40g	0,10g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	585,80kcal	19,70g	28,90g	54,60g	0,70g	1,30g	7,10g
Rakott zöldbab Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	331,80kcal	22,80g	12,30g	34,50g	6,90g	0,50g	0,80g
Rántott sajt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,80g	11,60g	19,50g	0,80g	0,80g	0,10g
Rizibizi Összetétel: Étélizesítő 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
Romanobabfőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. romano bab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	200,50kcal	7,40g	5,00g	35,30g	4,10g	0,30g	0,40g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	78,00kcal	6,20g	5,50g	0,80g	0,00g	0,50g	3,80g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	74,00kcal	2,60g	5,70g	3,20g	0,00g	0,70g	3,70g
Sajtmártásos csirkemell kockák Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Natúr sajtkrém, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	216,70kcal	26,80g	9,40g	5,80g	0,80g	0,90g	4,00g
Sajtos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	300,30kcal	8,50g	6,50g	51,90g	2,80g	0,20g	0,80g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,10kcal	12,10g	10,90g	23,10g	1,80g	1,10g	1,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,60g	9,90g	37,60g	1,30g	1,90g	5,00g
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
Sárgaborsófőzelék Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	281,00kcal	15,30g	4,80g	42,60g	0,40g	0,30g	0,40g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,00g	2,50g	0,00g	0,00g
Sárgarépa főzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	306,10kcal	9,00g	5,40g	52,30g	22,20g	0,70g	1,30g
Sárgarépás rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	216,80kcal	5,00g	4,80g	58,00g	1,10g	0,60g	0,50g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sertés sült Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott'	181,10kcal	20,00g	10,50g	0,60g	0,10g	0,30g	0,30g
Sertés sült Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Sertés fűszerkeverék, Sertés tarja, Só 'jódozott'	163,80kcal	20,00g	8,50g	0,60g	0,10g	0,40g	0,10g
Sertésflekken Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	180,80kcal	20,60g	8,60g	3,80g	0,30g	0,40g	0,10g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	208,90kcal	21,70g	11,00g	4,50g	0,80g	0,50g	0,30g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizésítő 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
Sertésvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	370,40kcal	19,40g	24,40g	15,80g	1,00g	0,70g	0,50g
Snidlinges burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fagy. metélőhagyma, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	334,70kcal	7,60g	11,80g	45,10g	2,80g	0,50g	5,00g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,40g	4,00g	2,00g	0,20g	0,80g	0,30g
Sonkás kocka Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Őrölt fekete bors, Pizza sonka, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásmentes nagykocka tészta, Trappista sajt, Vöröshagyma	560,20kcal	23,80g	26,20g	56,00g	2,80g	2,20g	4,60g
Sonkás krém 50g Eurofood Összetétel: Sonkás májaskrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,60g	0,00g	0,70g	5,80g
Sonkás krém 50g Eurofood Összetétel: Sonkás májaskrém	127,20kcal	3,70g	12,20g	0,40g	0,00g	0,60g	4,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Soproni felvágott Összetétel: Soproni felvágott	103,20kcal	5,20g	8,80g	0,80g	0,20g	0,80g	3,50g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes spagetti tészta	308,60kcal	8,50g	7,40g	51,90g	2,80g	0,20g	0,90g
Spenótfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	224,40kcal	9,60g	5,90g	33,00g	8,60g	0,40g	1,30g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	252,30kcal	21,00g	12,10g	12,10g	0,60g	0,90g	1,30g
Szíriai metélt Összetétel: Aro margarin, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Félzsiros tehéntúró, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mazsola, Porcukor, Puding por, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásfehérje lé, Tojásmentes metélt tészta, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	610,90kcal	22,80g	15,50g	93,50g	34,40g	0,40g	3,10g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,20kcal	9,20g	23,70g	0,60g	0,20g	1,40g	7,40g
Sült virsli Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Virsli Pulyka Gallicoop	221,30kcal	9,10g	19,70g	1,80g	0,30g	1,50g	5,70g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	265,80kcal	27,30g	12,60g	1,00g	0,00g	0,50g	0,40g
Svéd húsgolyó Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tojáspor, Vöröshagyma	223,40kcal	17,40g	16,10g	1,10g	0,40g	0,40g	1,10g
Szárazbabfőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, őrölt, 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
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacska tészta	308,60kcal	8,50g	7,40g	51,90g	2,80g	0,20g	0,90g
Szelet kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Szerenádsaláta Összetétel: Szerenád salátakeverék	17,70kcal	1,00g	0,10g	3,90g	0,20g	0,60g	0,00g
Szilva Összetétel: Szilva	58,00kcal	0,70g	0,00g	13,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Szilvágombóc Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. szilvágombóc, Félégyházi morzsa, Só 'jódozott'	586,40kcal	4,40g	8,50g	71,60g	12,90g	3,00g	0,80g
Tárkonyos májgaluskaleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tárkony, Tojáspor, Vöröshagyma	176,30kcal	13,20g	5,40g	17,60g	2,00g	0,90g	0,40g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejbegríz Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	317,60kcal	13,10g	4,90g	54,80g	25,40g	0,40g	2,70g
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
Tejfölös burgonyafőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, őrölt, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	294,10kcal	7,00g	6,20g	48,00g	0,10g	0,40g	0,40g
Tejfölös-túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	53,50kcal	5,80g	2,60g	1,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Teljes kiőrlésű gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	183,20kcal	3,20g	6,00g	28,80g	9,20g	0,20g	3,00g
Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz Összetétel: Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	191,60kcal	3,60g	8,80g	23,20g	0,00g	0,40g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	134,40kcal	5,20g	0,60g	27,10g	0,40g	0,80g	0,20g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	76,20kcal	3,00g	0,30g	15,30g	0,20g	0,50g	0,10g
Teljes kiőrlésű kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,80g	0,40g	0,60g	0,30g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,20g	0,40g	0,60g	0,40g
Temesvári aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	294,60kcal	14,70g	23,20g	4,40g	1,00g	0,60g	0,90g
Törzburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	120,70kcal	2,80g	2,20g	20,30g	0,10g	0,20g	0,20g
Törzburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	317,10kcal	5,80g	11,70g	42,50g	0,10g	0,40g	1,20g
Túrófelfújt Összetétel: Aro margarin, Búzadara, Citrom, Citromlé 40%, Félzsíros tehéntúró, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mazsola, Sütőpor, Száritott citromhéj, Tejföl '12%', Tojásfehérje lé, Tojáslé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	534,30kcal	24,10g	18,70g	63,00g	30,40g	0,20g	3,60g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,30kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,20g	0,00g
Vadas pecsenye Összetétel: Babérlevél, őrölt, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	227,70kcal	18,80g	10,50g	13,30g	2,60g	0,40g	0,30g
Vajas fokhagymás törzburgonya Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fokhagyma, őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	245,70kcal	5,60g	4,90g	40,70g	0,00g	0,30g	1,80g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,90g	4,40g	1,30g	0,00g	0,10g	0,00g
Vanília öntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor	187,10kcal	8,70g	4,20g	28,60g	17,40g	0,50g	2,50g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigýó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	87,80kcal	1,50g	0,20g	19,60g	14,80g	0,20g	0,00g
Virslí Összetétel: Virslí Pulyka Gallicoop	106,00kcal	4,80g	9,20g	1,00g	0,20g	0,80g	2,90g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,70g	0,20g	0,90g	2,40g
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizesítô só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	122,00kcal	4,40g	2,10g	20,60g	1,60g	0,50g	0,10g
Zöldborsófôzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	330,00kcal	15,90g	4,50g	53,80g	25,70g	0,40g	1,10g
Zöldborsókrémleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fôzôtejszín, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	93,40kcal	3,60g	2,80g	12,40g	2,60g	0,50g	0,50g
Zöldborsóleves csipetkével Összetétel: Étélizesítô só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	92,80kcal	4,10g	2,50g	12,70g	3,40g	0,50g	0,30g
Zöldborsós sertés szelet Összetétel: Étélizesítô só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Örölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	231,80kcal	23,30g	11,00g	8,10g	1,80g	0,40g	0,30g
Zöldfûszeres csirke csíkok Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Fôzôtejszín, Majoranna, Mustár, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,40kcal	15,40g	14,20g	4,70g	2,00g	0,50g	3,20g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,20g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rizottó Összetétel: Étélizesítô só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	418,30kcal	24,10g	16,10g	62,90g	2,30g	1,00g	1,00g
Zöldséges-húsos penne Összetétel: Étélizesítô só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Oregánó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzôvíz, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	617,80kcal	26,50g	28,80g	61,10g	5,10g	0,70g	4,00g
Zöldségkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizesítô só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Örölt fekete bors, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	194,40kcal	6,40g	3,30g	33,60g	2,40g	0,50g	0,20g
Zöldségkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizesítô só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	123,80kcal	4,10g	2,80g	19,20g	2,70g	0,50g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,40kcal	4,20g	0,50g	28,70g	0,20g	0,60g	0,30g