

**Ebéd A**

HÉTFŐ 2026.03.30.	KEDD 2026.03.31.	SZERDA 2026.04.01.	CSÜTÖRTÖK 2026.04.02.	PÉNTEK 2026.04.03.
			<p>Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;</p> <p>EN=945,40kcal   FH=44,60g   ZS=30,00g   SZH=118,40g   CK=6,30g   SÓ=1,50g   TZS=1,10g</p>	

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




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

**Étlap név:**  
**Iskola - Szociális**

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

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

**Ebéd A**

<p><b>HÉTFŐ</b> 2026.04.06.</p>	<p>Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;</p>
<p><b>KEDD</b> 2026.04.07.</p>	<p>EN=1 031,10kcal FH=35,60g ZS=31,70g SZH=143,00g CK=37,60g SÓ=4,40g Tzs=10,00g</p> <p>Részelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;</p>
<p><b>SZERDA</b> 2026.04.08.</p>	<p>EN=1 029,90kcal FH=40,70g ZS=41,60g SZH=119,00g CK=3,00g SÓ=2,00g Tzs=1,40g</p> <p>Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Tejszínes sonkás szósz (1, 2)*; Makaróni (1)*; Sajt szórát (2)*; Alma;</p>
<p><b>CSÜTÖRTÖK</b> 2026.04.09.</p>	<p>EN=958,10kcal FH=35,20g ZS=40,10g SZH=111,50g CK=7,30g SÓ=2,80g Tzs=6,30g</p> <p>Paradicsomleves betűtésztával (1, 3, 5)*; Tavaszi rizottó (5)*; Alma befőtt;</p>
<p><b>PÉNTEK</b> 2026.04.10.</p>	<p>EN=880,30kcal FH=27,70g ZS=35,80g SZH=186,70g CK=36,40g SÓ=1,60g Tzs=1,70g</p>
<p><b>Étlap változtatás jogát fenntartjuk!</b> <b>Jó étvágyat kívánunk</b></p> <div style="text-align: center;">  <p><b>Sული - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</b> 6724 Szeged, Kegyértyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sulihost.hu</p> </div> <p><b>Étlap név:</b> <b>Iskola - Szociális</b></p> <p>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=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestek</p> <p>Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.</p> <p style="text-align: right;"><b>Sული-Host</b> <b>Étkeztetési</b> <b>Rendszer 3.0</b></p>	

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola - Szociális

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.10.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	43,40kcal	0,60g	0,00g	9,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	76,50kcal	0,00g	0,00g	70,20g	11,90g	0,00g	0,00g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	330,10kcal	8,90g	6,20g	54,30g	2,80g	0,50g	2,50g
Chilisbab Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárzabab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	619,10kcal	34,80g	24,20g	61,40g	4,60g	0,40g	0,40g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	227,50kcal	6,50g	5,40g	36,40g	1,20g	0,60g	0,70g
Erdei gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	145,70kcal	1,30g	0,90g	32,50g	23,50g	0,10g	0,30g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	98,80kcal	3,30g	0,40g	20,60g	0,50g	0,50g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	112,10kcal	3,70g	0,40g	23,40g	0,50g	0,60g	0,00g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	99,60kcal	1,60g	5,60g	10,60g	1,20g	0,20g	0,00g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	416,00kcal	12,20g	7,80g	74,10g	4,00g	0,20g	1,00g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	681,90kcal	30,10g	35,20g	57,40g	1,00g	0,80g	0,60g
Paradicsomleves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	204,20kcal	4,30g	4,70g	35,70g	21,60g	0,60g	0,50g
Reszelt tésztaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	235,90kcal	6,90g	6,00g	38,20g	1,50g	0,60g	0,80g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	481,20kcal	24,00g	24,40g	40,00g	0,00g	3,60g	7,20g
Tavaszi rizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	599,60kcal	23,40g	30,60g	80,80g	2,90g	1,00g	1,20g
Tejszínes sönkás szósz Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Főtt füstölt tarja, Főzőtejszín, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	256,40kcal	12,80g	20,10g	5,00g	0,20g	1,40g	2,20g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Kigóy uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	74,10kcal	1,40g	0,20g	16,20g	11,30g	0,20g	0,00g

