

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.01.31.	Tej (2)*; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Fokhagymás aprópecsenye (1, 5)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;
	EN=329,85kcal FH=14,23g ZS=11,91g SZH=40,78g CK=13,38g SÓ=2,04g TZS=7,60g	EN=765,77kcal FH=31,73g ZS=36,04g SZH=72,23g CK=11,57g SÓ=3,05g TZS=2,12g	EN=232,35kcal FH=5,95g ZS=4,35g SZH=41,96g CK=0,36g SÓ=0,84g TZS=0,24g
KEDD 2022.02.01.	Tea 'Citromos'; F tt tojás (3)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Sárgaborsógulyás (1, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Narancs;	Briós (1, 2, 3)*; Mandarin;
	EN=265,89kcal FH=10,23g ZS=7,41g SZH=36,48g CK=9,64g SÓ=1,10g TZS=2,31g	EN=916,93kcal FH=32,44g ZS=39,11g SZH=103,74g CK=19,03g SÓ=1,30g TZS=1,04g	EN=305,90kcal FH=6,02g ZS=5,25g SZH=56,98g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
SZERDA 2022.02.02.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek;	Szárnyasraguleves (1, 3, 5)*; Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Joghurt (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*;
	EN=307,70kcal FH=9,45g ZS=13,05g SZH=37,37g CK=9,40g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=714,51kcal FH=25,09g ZS=29,52g SZH=72,33g CK=3,94g SÓ=3,45g TZS=2,72g	EN=329,40kcal FH=10,62g ZS=12,30g SZH=42,60g CK=12,00g SÓ=0,57g TZS=6,24g
CSÜTÖRTÖK 2022.02.03.	F zött kakaó (2, 4)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rizsleves (5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kiwi;	Zala felvágott (4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=349,03kcal FH=11,23g ZS=10,10g SZH=51,45g CK=25,82g SÓ=0,61g TZS=5,78g	EN=768,12kcal FH=26,21g ZS=32,40g SZH=84,99g CK=6,44g SÓ=3,24g TZS=1,69g	EN=244,80kcal FH=11,38g ZS=9,85g SZH=28,69g CK=0,62g SÓ=1,82g TZS=3,36g
PÉNTEK 2022.02.04.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Lebbencsleves (1, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=379,60kcal FH=13,10g ZS=9,53g SZH=59,58g CK=20,96g SÓ=1,18g TZS=4,88g	EN=745,67kcal FH=29,09g ZS=29,01g SZH=87,83g CK=17,01g SÓ=3,07g TZS=3,26g	EN=284,23kcal FH=10,75g ZS=7,30g SZH=42,44g CK=9,86g SÓ=0,46g TZS=2,38g

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:

Iskola 'A'

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=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.02.07.	Tea 'Csipkebogyó'; Kockasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Mandarin;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz hússal; Spagetti (1)*; Sajt (2)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=320,40kcal FH=9,05g ZS=10,00g SZH=47,70g CK=9,46g SÓ=2,18g TZS=5,46g	EN=707,68kcal FH=29,43g ZS=29,25g SZH=79,05g CK=10,98g SÓ=2,92g TZS=5,47g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
KEDD 2022.02.08.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Lapkasajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=284,90kcal FH=11,46g ZS=7,66g SZH=41,78g CK=16,70g SÓ=0,71g TZS=4,54g	EN=813,59kcal FH=33,32g ZS=31,33g SZH=117,11g CK=20,17g SÓ=3,42g TZS=1,59g	EN=318,50kcal FH=18,77g ZS=14,55g SZH=27,90g CK=0,36g SÓ=1,94g TZS=8,46g
SZERDA 2022.02.09.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Hosszú zsemle (1)*; Ketchup;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=732,44kcal FH=42,50g ZS=16,00g SZH=147,91g CK=22,69g SÓ=2,93g TZS=1,96g	EN=266,00kcal FH=8,93g ZS=10,13g SZH=33,26g CK=0,64g SÓ=1,72g TZS=4,16g
CSÜTÖRTÖK 2022.02.10.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Jégcsap retek;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Rizseshús (5)*; Vegyes saláta;	Veronai pulyka szelet felvágott (2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;
	EN=341,50kcal FH=12,25g ZS=9,58g SZH=48,97g CK=20,96g SÓ=0,94g TZS=4,99g	EN=901,19kcal FH=28,04g ZS=50,44g SZH=91,60g CK=12,48g SÓ=3,92g TZS=2,69g	EN=261,60kcal FH=9,72g ZS=12,16g SZH=28,76g CK=0,38g SÓ=1,68g TZS=3,80g
PÉNTEK 2022.02.11.	F zött kakaó (2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Burgonyaleves (1, 2, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Finomf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Alma; Sajtos pogácsa 'Vásárolt' Uzi (1, 2)*;
	EN=330,91kcal FH=12,68g ZS=9,56g SZH=47,96g CK=20,08g SÓ=1,15g TZS=4,92g	EN=732,33kcal FH=26,99g ZS=29,32g SZH=86,03g CK=17,42g SÓ=3,29g TZS=2,79g	EN=308,10kcal FH=7,13g ZS=9,94g SZH=45,99g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g

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:

Iskola 'A'

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.02.14.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Pince ragu (1)*; Hagymás burgonya; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kockasajt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=284,90kcal FH=11,46g ZS=7,66g SZH=41,78g CK=16,70g SÓ=0,71g TZS=4,54g	EN=756,34kcal FH=28,65g ZS=27,71g SZH=90,54g CK=3,07g SÓ=2,94g TZS=1,72g	EN=310,32kcal FH=8,01g ZS=10,59g SZH=44,12g CK=6,16g SÓ=1,64g TZS=6,32g
KEDD 2022.02.15.	Zsemle (1)*; Tej (2)*; Házi körözött (2)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 6)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Mandarin;
	EN=303,72kcal FH=17,52g ZS=6,78g SZH=41,96g CK=11,95g SÓ=1,23g TZS=2,82g	EN=727,15kcal FH=34,27g ZS=40,81g SZH=55,78g CK=1,32g SÓ=7,62g TZS=1,09g	EN=316,90kcal FH=8,35g ZS=12,64g SZH=40,72g CK=0,20g SÓ=1,36g TZS=1,88g
SZERDA 2022.02.16.	Tej (2)*; Fonottka (1, 2)*; Alma;	Lencsegulyásleves (1, 2, 11)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zala felvágott (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;
	EN=294,70kcal FH=12,03g ZS=5,10g SZH=49,05g CK=13,65g SÓ=0,82g TZS=3,20g	EN=936,16kcal FH=33,88g ZS=36,80g SZH=113,69g CK=21,63g SÓ=1,81g TZS=2,80g	EN=250,30kcal FH=11,32g ZS=9,90g SZH=30,02g CK=0,56g SÓ=1,82g TZS=3,36g
CSÜTÖRTÖK 2022.02.17.	Jégcsap retek; Tea 'Citromos'; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Bakonyi aprópecsenye (1, 2)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Diós kifli (1, 2, 4, 6)*;
	EN=314,54kcal FH=8,29g ZS=12,33g SZH=41,60g CK=9,50g SÓ=1,80g TZS=4,58g	EN=732,23kcal FH=23,82g ZS=30,94g SZH=109,98g CK=20,47g SÓ=2,37g TZS=1,96g	EN=291,20kcal FH=5,60g ZS=11,20g SZH=42,70g CK=2,80g SÓ=0,14g TZS=0,00g
PÉNTEK 2022.02.18.	Karamellás tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Vágott tojásleves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Teavaj (2)*; Méz; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Alma;
	EN=292,45kcal FH=9,83g ZS=7,04g SZH=46,43g CK=23,29g SÓ=0,68g TZS=4,17g	EN=853,85kcal FH=41,61g ZS=35,20g SZH=82,81g CK=27,14g SÓ=3,32g TZS=4,76g	EN=321,36kcal FH=5,49g ZS=12,00g SZH=49,12g CK=12,49g SÓ=0,80g TZS=7,32g

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:

Iskola 'A'

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.02.21.	Tej (2)*; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*; EN=272,05kcal FH=11,80g ZS=6,68g SZH=40,48g CK=11,97g SÓ=1,06g TZS=3,54g	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; EN=802,50kcal FH=28,86g ZS=16,49g SZH=133,52g CK=42,33g SÓ=1,85g TZS=1,54g	Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Mandarin; EN=309,70kcal FH=8,47g ZS=12,88g SZH=38,60g CK=0,12g SÓ=1,78g TZS=5,16g
	Gyümölcs tea 'Meggy'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Hosszú zsemle (1)*; Ketchup; EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Uborkasaláta; EN=739,09kcal FH=29,23g ZS=27,47g SZH=90,15g CK=10,58g SÓ=3,87g TZS=1,24g	Tejfölös-túró (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Jégcsap retek; EN=286,52kcal FH=17,09g ZS=8,23g SZH=33,94g CK=0,45g SÓ=0,80g TZS=0,50g
SZERDA 2022.02.23.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Kenyér 'Rozs' (1)*; Kigyóborka; EN=314,20kcal FH=12,94g ZS=8,68g SZH=45,70g CK=12,10g SÓ=1,30g TZS=2,56g	Alföldileves (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; EN=773,96kcal FH=33,75g ZS=19,54g SZH=104,00g CK=35,58g SÓ=3,98g TZS=1,77g	Lekvár; Teavaj (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; EN=308,46kcal FH=5,48g ZS=10,46g SZH=48,45g CK=15,78g SÓ=0,87g TZS=6,90g
	F zött kakaó (2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Egyenes kifli 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek; EN=322,01kcal FH=11,75g ZS=9,56g SZH=44,58g CK=20,01g SÓ=0,91g TZS=4,98g	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Rizibizi (5)*; Vegyes saláta; EN=803,76kcal FH=28,28g ZS=22,35g SZH=140,51g CK=32,64g SÓ=4,29g TZS=2,59g	Kakaós csiga (1, 2)*; EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
PÉNTEK 2022.02.25.	Zöldtea-citrusos; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; EN=281,50kcal FH=9,30g ZS=10,20g SZH=37,69g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Chilisbab sertés hússal (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Mandarin; EN=821,55kcal FH=41,27g ZS=23,20g SZH=101,43g CK=5,51g SÓ=2,57g TZS=0,85g	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g

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:

Iskola 'A'

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=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.02.28.	Zöldtea-citrusos; Kockasajt (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Alma;	Palóclevés (1, 2, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Csemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=321,90kcal FH=8,14g ZS=7,48g SZH=53,63g CK=9,16g SÓ=2,08g TZS=4,74g	EN=779,66kcal FH=27,69g ZS=26,82g SZH=121,18g CK=45,32g SÓ=1,96g TZS=5,12g	EN=286,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=33,42g CK=0,84g SÓ=1,78g TZS=4,98g
KEDD 2022.03.01.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Brokkolikrémleves sárgarépakockával (1, 2, 5)*; Paprikásburgonya hússal (1, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Vegyes saláta;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Kigyóuborka;
	EN=318,80kcal FH=13,64g ZS=8,95g SZH=46,11g CK=12,53g SÓ=1,25g TZS=5,48g	EN=793,41kcal FH=32,46g ZS=31,96g SZH=89,30g CK=14,39g SÓ=3,30g TZS=0,92g	EN=292,00kcal FH=8,90g ZS=14,37g SZH=31,53g CK=0,26g SÓ=1,30g TZS=2,12g
SZERDA 2022.03.02.	Vaníliás tej (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Kassai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Romanobabf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Házi körözött (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=358,86kcal FH=11,46g ZS=10,90g SZH=52,52g CK=27,44g SÓ=0,64g TZS=6,29g	EN=737,54kcal FH=23,92g ZS=33,78g SZH=86,11g CK=12,95g SÓ=3,47g TZS=8,71g	EN=217,17kcal FH=11,20g ZS=4,76g SZH=31,85g CK=0,22g SÓ=1,05g TZS=0,48g
CSÜTÖRTÖK 2022.03.03.	F zött kakaó (2, 4)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; F tt burgonya; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Veronai pulyka szelet felvágott (2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=349,03kcal FH=11,23g ZS=10,10g SZH=51,45g CK=25,82g SÓ=0,61g TZS=5,78g	EN=766,10kcal FH=26,26g ZS=25,29g SZH=107,54g CK=19,11g SÓ=3,07g TZS=1,99g	EN=250,60kcal FH=10,63g ZS=10,65g SZH=27,92g CK=0,62g SÓ=1,74g TZS=3,56g
PÉNTEK 2022.03.04.	Tea 'Csipkebogyó'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Gesztenyekrém leves almakockával (1, 2, 5)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*; Uborkasaláta; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Mandarin;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=928,23kcal FH=52,96g ZS=21,33g SZH=173,14g CK=33,30g SÓ=2,31g TZS=2,52g	EN=244,05kcal FH=5,12g ZS=4,23g SZH=44,86g CK=0,12g SÓ=0,84g TZS=0,24g

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:

Iskola 'A'

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=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Leccsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásos gyufatészta, Vöröshagyma	123,42kcal	3,19g	3,55g	18,26g	0,63g	1,04g	0,61g
Alma Összetétel: Alma/Idared	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Bakonyi aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	290,43kcal	14,46g	23,19g	3,94g	0,32g	0,82g	0,92g
Baracklekvár Összetétel: Lekvár(sárgabarack)	73,80kcal	0,11g	0,03g	18,06g	18,00g	0,03g	0,00g
Bazsalikomos paradicsomleves Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásmentes rizszem, Tojásos bet észta, Vöröshagyma, Zeller zöld	162,56kcal	4,01g	2,61g	30,47g	18,58g	0,96g	0,31g
Bolognai szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, F tt füstölt tarja/Mecom, Kristálycukor, Oregánó, rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	213,67kcal	11,39g	14,99g	7,08g	4,60g	1,22g	1,26g
Briós Összetétel: Briós cukros 50g, Briós cukros 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	325,09kcal	7,57g	8,13g	47,65g	1,92g	1,19g	1,03g
Burgonyaf zelék Összetétel: Babérlevél, Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	277,90kcal	6,53g	6,19g	44,77g	0,13g	0,72g	0,40g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Leccsó (natúr 30%), Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	149,53kcal	3,53g	3,89g	18,74g	1,25g	1,38g	0,40g
Burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Leccsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma, Zeller zöld	104,63kcal	3,03g	1,86g	17,50g	1,66g	0,99g	0,19g
Chilisbab sertés hússal Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Marhaapróhús/ gulyáskocka, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Szárzabb, Vöröshagyma	564,36kcal	34,30g	18,97g	60,50g	4,06g	0,72g	0,31g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csirkemájás sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Leccsó (natúr 30%), Majoranna, rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	277,93kcal	18,82g	19,85g	4,24g	0,38g	0,78g	0,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	186,60kcal	5,36g	5,03g	28,47g	1,10g	1,02g	0,69g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', f z víz', Tojásmentes metélttészta	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 kifli Összetétel: Búrkifli 'Diós' 50g, Búrkifli 'Diós' 70g	291,20kcal	5,60g	11,20g	42,70g	2,80g	0,14g	0,00g
Diós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', f z víz', Tojásmentes metélttészta	292,05kcal	8,54g	5,58g	51,87g	2,80g	0,37g	0,71g
Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor	256,20kcal	5,58g	17,10g	18,51g	15,00g	0,00g	0,00g
Dörögicsei csirkeraguleves Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. petr.zöld, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	153,37kcal	14,71g	6,59g	8,44g	1,32g	0,93g	0,29g
Egyenes kifli 'Teljes kiőrlés' Összetétel: Teljes kiőrlés kifli	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Erdei gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegfűszeg	122,09kcal	1,21g	0,72g	27,22g	19,73g	0,19g	0,20g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	64,97kcal	0,02g	0,00g	16,11g	16,01g	0,00g	0,00g
Fasírt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	298,67kcal	12,93g	21,88g	10,92g	0,84g	0,88g	0,95g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Finomf. zselé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. finomf. zselé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	252,86kcal	8,07g	5,25g	42,28g	14,71g	0,93g	1,50g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács 0,5kg, Fonott kalács 1kg	217,80kcal	5,02g	4,82g	37,49g	6,27g	0,46g	2,38g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Fonottka 'Napraforgómagos' Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Főtt tojás Összetétel: Tojás főtt, tisztított '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
Frankfurti leves virslivel Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítősó mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagygyökér, Fagy. leveleszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Húsmester virsli, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	288,62kcal	4,67g	16,94g	19,77g	0,88g	1,69g	1,68g
Galuska Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, főtt víz'	399,70kcal	26,40g	10,30g	94,60g	0,00g	0,59g	1,00g
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
Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs' Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Gyümölcs tea 'Meggy' Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főtt tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegfűszeg	151,40kcal	1,96g	0,87g	33,30g	21,09g	0,21g	0,26g
Gyümölcsmártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főtt tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegfűszeg	199,60kcal	1,93g	0,64g	45,12g	34,54g	0,64g	0,21g
Gyümölcsös krémsajoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Hagymás burgonya Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főtt víz', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	270,78kcal	5,89g	6,22g	43,45g	0,51g	0,74g	0,61g
Halpaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítősó mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé s rítmény, Halfilé 'Pangasius', Rölt fekete bors, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tejföl '12%', Vöröshagyma	105,17kcal	11,18g	4,49g	4,67g	1,40g	1,65g	0,56g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félszíros 5/1, Vöröshagyma	53,27kcal	5,78g	2,50g	1,53g	0,04g	0,27g	0,00g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. leveészöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rőt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	271,59kcal	13,39g	17,29g	13,69g	0,99g	1,08g	0,37g
Húsos tarhonya Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	567,69kcal	23,01g	24,61g	60,85g	3,27g	2,04g	0,83g
Jégcsap retek Összetétel: Jégcsap retek	7,00kcal	0,55g	0,05g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'	165,60kcal	6,30g	5,88g	21,66g	21,66g	0,21g	3,57g
Karfiollevés Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, rőt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem, Vöröshagyma	61,92kcal	2,26g	2,42g	7,27g	2,10g	0,95g	0,28g
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 'Kukoricás' Összetétel: Kukoricás kenyér	151,80kcal	4,38g	0,48g	31,50g	0,12g	0,84g	0,24g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Kenyér 'Teljes kiőrlés ' Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
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
Kiwi Összetétel: Kiwi	36,40kcal	0,70g	0,00g	7,91g	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
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizésít 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
Lebbencsleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes nagykocka, Vöröshagyma	157,11kcal	4,28g	3,96g	24,36g	2,30g	1,10g	0,78g
Lekvár Összetétel: Lekvár(sárgabarack)	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lencsegulyásleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	329,37kcal	18,79g	17,04g	23,08g	2,70g	0,96g	0,25g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes metélttészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
Mandarin Összetétel: Mandarin	31,50kcal	0,49g	0,00g	6,86g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Méz Összetétel: Méz 'vegyes virág'	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
Narancs Összetétel: Narancs	49,20kcal	0,72g	0,00g	10,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, rólt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tojásos kiskocka, Vöröshagyma	295,53kcal	13,09g	19,01g	15,44g	2,15g	0,93g	0,56g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves bet tésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásos bet tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	208,77kcal	4,97g	4,37g	36,92g	18,66g	0,97g	0,50g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	243,55kcal	5,20g	6,69g	63,48g	0,22g	0,89g	0,70g
Pince ragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Majoranna, rólt fekete bors, Sertés lapocka, Sertés máj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	245,20kcal	15,33g	16,22g	7,79g	1,31g	0,84g	0,33g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	148,00kcal	3,10g	4,01g	24,22g	0,00g	0,99g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Rántott halfilé Összetétel: Étőlaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Halfilé 'Pangasius', rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tojáspor(teljes)	295,86kcal	16,23g	10,00g	34,55g	0,70g	2,03g	1,24g
Rizibizi Összetétel: Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	277,79kcal	6,87g	9,58g	60,47g	2,26g	0,90g	1,03g
Rizeshús Összetétel: Csemege paprika, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fokhagyma, Leccsó (natúr 30%), rőlt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	545,02kcal	22,21g	33,34g	56,80g	0,50g	1,84g	1,01g
Rizsleves Összetétel: Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	63,16kcal	1,60g	2,22g	11,42g	1,76g	0,94g	0,24g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	259,14kcal	13,95g	17,31g	9,86g	0,81g	0,87g	0,36g
Sajt Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajtos pogácsa 'Vásárolt' Uzsi Összetétel: Intézményi sajtos pogácsa 50g, Intézményi sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
Sárgaborsógulyás Összetétel: Csemege paprika, Étélízésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sárgaborsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos kiskagylótészta, Vöröshagyma	319,48kcal	17,60g	16,43g	23,16g	1,23g	0,93g	0,33g
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
Spenót Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	197,06kcal	7,83g	6,06g	27,59g	6,76g	0,75g	1,42g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás f zött darabolt, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	337,80kcal	17,56g	22,73g	12,27g	0,77g	1,17g	1,26g
Sült virsli Összetétel: Étőlaj 'napraforgó' sütéshez, Húsmester virsli	197,92kcal	1,04g	16,84g	1,04g	0,35g	1,31g	1,90g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső 'csontos', Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	226,79kcal	22,57g	10,99g	1,07g	0,20g	0,84g	0,41g
Szárnyasraguleves Összetétel: Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kakukkfű, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	162,53kcal	14,58g	6,16g	11,19g	3,26g	0,94g	0,29g
Székelykáposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), rólt 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
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%, Gyümölcs tea filteres 'Gastfood', Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Teavaj Összetétel: Teavaj	86,76kcal	0,05g	9,84g	0,04g	0,00g	0,01g	6,84g
Tej Összetétel: Tej '2,8%', Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8%'	343,00kcal	11,62g	7,46g	74,30g	26,96g	0,56g	4,42g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	186,40kcal	7,40g	6,53g	23,88g	20,61g	0,25g	3,93g
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	0,35g	0,60g	0,35g
Uborkasaláta Összetétel: Ételecet 10%, Kígyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,32kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,40g	0,00g
Vadas aprópecsenye Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	289,71kcal	14,25g	21,81g	7,18g	2,62g	0,77g	0,32g
Vágott tojásleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojás főzött, tisztított 'Capriovus', Tojáslé, Vöröshagyma	120,60kcal	5,90g	6,64g	5,64g	0,48g	1,06g	1,61g

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2022.02.01.-től 2022.02.28.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Vajkrém Összetétel: Vajkrém(natúr) /St.Márto	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Vaníliás krémturó Összetétel: Porcukor, Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félszíros 5/1, Vaníliás cukor	66,43kcal	5,74g	2,48g	4,95g	3,59g	0,00g	0,00g
Vegyes saláta Összetétel: Ételecet 10%, Fejes káposzta, Kigó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Só 'jódozott', Tisztított sárgarépa	67,55kcal	1,16g	0,16g	15,02g	11,10g	0,40g	0,01g
Veronai pulyka szelet felvágott Összetétel: Veronai pulyka szelet szeletelt	87,60kcal	4,80g	7,60g	0,20g	0,20g	0,80g	2,60g
Virslis Összetétel: Húsmester virsli	159,96kcal	0,93g	13,14g	0,93g	0,31g	1,18g	1,49g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott, Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
Zöldborsóf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	319,30kcal	15,19g	5,48g	49,57g	25,68g	0,62g	1,75g
Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésít só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	85,78kcal	4,02g	2,44g	11,11g	3,58g	0,93g	0,30g
Zöldf szeres halpástétom Összetétel: Zöldf szeres halpástétom 130g	133,60kcal	3,48g	12,16g	2,36g	0,08g	0,52g	1,64g
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