

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.05.27.	Tejescávé íz tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Sajt szórat (2)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Paradicsom;
	EN=301,02kcal FH=11,41g ZS=7,47g SZH=46,24g CK=15,88g SÓ=0,62g TZS=4,17g	EN=764,54kcal FH=34,33g ZS=40,85g SZH=81,32g CK=3,35g SÓ=1,85g TZS=4,58g	EN=238,80kcal FH=9,66g ZS=9,50g SZH=26,91g CK=0,61g SÓ=1,50g TZS=3,47g
KEDD 2024.05.28.	Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Kifli (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; F szeres törtburgonya (5)*; Szerenádsaláta; Joghurtos öntet (2)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=288,54kcal FH=12,03g ZS=9,57g SZH=37,93g CK=13,43g SÓ=0,87g TZS=3,10g	EN=770,43kcal FH=24,31g ZS=29,04g SZH=96,94g CK=3,81g SÓ=3,01g TZS=6,27g	EN=268,00kcal FH=8,70g ZS=12,76g SZH=29,42g CK=0,44g SÓ=1,36g TZS=1,88g
SZERDA 2024.05.29.	Tejbegríz (1, 2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=310,97kcal FH=10,28g ZS=3,90g SZH=58,17g CK=36,05g SÓ=0,24g TZS=2,16g	EN=735,12kcal FH=32,91g ZS=24,11g SZH=113,30g CK=9,73g SÓ=1,33g TZS=2,26g	EN=260,80kcal FH=8,88g ZS=13,00g SZH=27,12g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.30.	Vaníliás tej (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Eperleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;	Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Retek;
	EN=334,08kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=53,95g CK=28,65g SÓ=0,65g TZS=4,07g	EN=704,72kcal FH=32,49g ZS=21,58g SZH=85,05g CK=15,63g SÓ=1,09g TZS=1,98g	EN=189,30kcal FH=5,90g ZS=3,00g SZH=34,42g CK=0,84g SÓ=0,94g TZS=0,78g
PÉNTEK 2024.05.31.	Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrófelfújt (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Lilahagyma;
	EN=231,70kcal FH=6,08g ZS=3,15g SZH=44,38g CK=9,88g SÓ=0,94g TZS=0,78g	EN=820,77kcal FH=36,60g ZS=26,73g SZH=105,81g CK=54,31g SÓ=3,74g TZS=6,44g	EN=261,44kcal FH=9,77g ZS=10,25g SZH=32,89g CK=3,00g SÓ=1,72g TZS=4,18g

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



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

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**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=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.

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.06.03.	Csokoládé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;
	EN=267,89kcal FH=11,28g ZS=4,93g SZH=44,14g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g	EN=766,45kcal FH=28,59g ZS=24,05g SZH=105,44g CK=20,78g SÓ=1,07g TZS=2,60g	EN=292,60kcal FH=9,36g ZS=12,40g SZH=35,62g CK=0,52g SÓ=1,74g TZS=4,76g
KEDD 2024.06.04.	Meggyes gyümölcs Tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Zöldborsós csirkeragu (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma;	Sajtos szál (1, 2)*;
	EN=275,10kcal FH=10,16g ZS=9,40g SZH=37,19g CK=9,66g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=743,17kcal FH=33,21g ZS=21,23g SZH=99,10g CK=7,38g SÓ=1,67g TZS=2,73g	EN=320,60kcal FH=5,60g ZS=20,72g SZH=27,09g CK=1,19g SÓ=1,33g TZS=10,43g
SZERDA 2024.06.05. Húsmentes nap	Limonádé; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Szárzabableves (1, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=288,96kcal FH=5,39g ZS=10,44g SZH=42,90g CK=10,18g SÓ=0,85g TZS=6,90g	EN=769,10kcal FH=28,98g ZS=9,10g SZH=160,34g CK=45,77g SÓ=1,37g TZS=3,67g	EN=268,80kcal FH=8,78g ZS=12,80g SZH=29,58g CK=0,44g SÓ=1,36g TZS=1,88g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.06.	Tejeskávé ízű tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Cs tészta (1)*; Vegyes saláta;	Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=301,02kcal FH=11,41g ZS=7,47g SZH=46,24g CK=15,88g SÓ=0,62g TZS=4,17g	EN=784,59kcal FH=37,26g ZS=20,16g SZH=110,23g CK=16,48g SÓ=1,36g TZS=1,89g	EN=229,60kcal FH=9,29g ZS=4,70g SZH=37,41g CK=0,94g SÓ=1,60g TZS=0,34g
PÉNTEK 2024.06.07.	Erdei gyümölcs tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Csokis-Banános Piskóta (1, 2, 3, 4, 6)*;
	EN=266,80kcal FH=8,55g ZS=7,70g SZH=40,52g CK=9,40g SÓ=1,72g TZS=4,84g	EN=822,91kcal FH=43,64g ZS=27,84g SZH=116,13g CK=8,97g SÓ=1,60g TZS=2,26g	EN=235,40kcal FH=2,69g ZS=11,00g SZH=31,35g CK=18,70g SÓ=0,49g TZS=6,05g

**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=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.

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.06.10.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	Felvidéki vegyes leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Borsos tokány; Bulgur (1, 5)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g	EN=761,13kcal FH=27,18g ZS=29,00g SZH=87,41g CK=11,97g SÓ=1,53g TZS=2,46g	EN=278,90kcal FH=9,84g ZS=10,30g SZH=36,52g CK=1,30g SÓ=1,72g TZS=3,98g
KEDD 2024.06.11.	Tej (2)*; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Fokhagymakrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Briós (1, 2, 3)*;
	EN=338,34kcal FH=17,01g ZS=12,21g SZH=40,23g CK=12,13g SÓ=2,03g TZS=4,54g	EN=896,94kcal FH=34,61g ZS=38,59g SZH=99,65g CK=10,14g SÓ=1,71g TZS=4,65g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
SZERDA 2024.06.12.	Madártej ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Tápai legényfogó leves (1, 2, 3, 5)*; Halrudacskák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=322,32kcal FH=12,08g ZS=7,36g SZH=50,98g CK=17,66g SÓ=0,65g TZS=4,08g	EN=800,25kcal FH=36,80g ZS=29,27g SZH=90,67g CK=4,23g SÓ=2,57g TZS=2,90g	EN=200,80kcal FH=11,68g ZS=5,00g SZH=27,48g CK=0,58g SÓ=1,90g TZS=1,64g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.13.	Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldségleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=266,53kcal FH=11,16g ZS=3,08g SZH=47,77g CK=13,40g SÓ=0,84g TZS=0,06g	EN=790,93kcal FH=28,81g ZS=31,44g SZH=111,83g CK=13,39g SÓ=4,50g TZS=1,22g	EN=264,60kcal FH=11,00g ZS=9,80g SZH=34,14g CK=1,04g SÓ=1,82g TZS=3,18g
PÉNTEK 2024.06.14.	Limonádé; Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Sajtós korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Alma bef tt;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=310,00kcal FH=8,70g ZS=12,76g SZH=38,92g CK=9,84g SÓ=1,36g TZS=1,88g	EN=781,15kcal FH=27,67g ZS=33,41g SZH=131,19g CK=14,26g SÓ=2,75g TZS=6,81g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g

**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=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.

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.06.17.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=283,10kcal FH=12,60g ZS=8,95g SZH=36,50g CK=12,10g SÓ=1,01g TZS=5,72g	EN=771,21kcal FH=24,82g ZS=36,60g SZH=103,12g CK=21,17g SÓ=1,36g TZS=2,02g	EN=315,75kcal FH=5,75g ZS=8,57g SZH=52,39g CK=6,27g SÓ=0,46g TZS=2,38g
KEDD 2024.06.18.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Vajas fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;
	EN=303,01kcal FH=9,03g ZS=9,73g SZH=39,33g CK=10,21g SÓ=1,59g TZS=3,20g	EN=840,41kcal FH=35,62g ZS=31,65g SZH=96,17g CK=2,52g SÓ=2,40g TZS=4,41g	EN=184,54kcal FH=5,03g ZS=5,87g SZH=27,03g CK=1,68g SÓ=0,55g TZS=0,60g
SZERDA 2024.06.19. Húsmentes nap	Limonádé; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Pritaminos sajtelfújtt (1, 2, 3)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=297,60kcal FH=9,14g ZS=10,96g SZH=37,15g CK=9,89g SÓ=1,29g TZS=4,11g	EN=796,32kcal FH=37,77g ZS=20,76g SZH=108,62g CK=27,77g SÓ=2,35g TZS=9,24g	EN=267,94kcal FH=5,48g ZS=12,68g SZH=32,50g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=7,34g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.20.	Tejbegríz (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;	Korianderes karfiolkrem leves (2, 5)*; Píritott tökmag (6, 8, 12, 13)*; Pásztor bulgur csirkével, kolbással (1, 4, 5)*; Uborkasaláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=324,85kcal FH=11,26g ZS=4,95g SZH=57,61g CK=35,04g SÓ=0,24g TZS=2,81g	EN=820,06kcal FH=40,24g ZS=34,40g SZH=75,71g CK=8,47g SÓ=2,12g TZS=3,88g	EN=286,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=33,42g CK=0,84g SÓ=1,78g TZS=4,98g
PÉNTEK 2024.06.21.	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Lekváros bukta (1, 2, 3)*; Sertésraguleves (1, 3, 5)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=281,52kcal FH=6,43g ZS=8,63g SZH=43,13g CK=16,72g SÓ=0,43g TZS=6,11g	EN=833,82kcal FH=24,70g ZS=25,94g SZH=120,70g CK=36,99g SÓ=1,49g TZS=4,76g	EN=255,20kcal FH=10,68g ZS=9,50g SZH=31,77g CK=3,12g SÓ=1,74g TZS=3,36g

**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=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.06.24.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Rántott csirkemell 'mirelit' (1, 2, 3)*; Kukoricás rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;
	EN=290,20kcal FH=11,46g ZS=9,90g SZH=39,30g CK=9,66g SÓ=1,82g TZS=3,36g	EN=810,65kcal FH=33,94g ZS=38,47g SZH=99,37g CK=7,63g SÓ=2,92g TZS=2,15g	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g
KEDD 2024.06.25.	Eper íz tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Bakonyi szárnyasragu leves (1, 2, 3, 5)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=289,74kcal FH=11,34g ZS=7,31g SZH=42,47g CK=13,19g SÓ=0,82g TZS=3,57g	EN=872,38kcal FH=39,76g ZS=48,06g SZH=62,21g CK=2,25g SÓ=1,51g TZS=3,18g	EN=234,34kcal FH=10,01g ZS=8,51g SZH=29,33g CK=0,39g SÓ=1,71g TZS=2,04g
SZERDA 2024.06.26.	Csipkebogyó tea; Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Kigyóuborka;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*; Alma;
	EN=302,34kcal FH=5,56g ZS=12,63g SZH=40,81g CK=9,48g SÓ=0,62g TZS=7,34g	EN=703,53kcal FH=44,23g ZS=18,55g SZH=134,33g CK=2,30g SÓ=2,67g TZS=2,09g	EN=308,10kcal FH=7,13g ZS=9,94g SZH=45,99g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.27.	Limonádé; Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=269,40kcal FH=8,42g ZS=7,60g SZH=40,82g CK=9,76g SÓ=2,08g TZS=4,74g	EN=775,03kcal FH=36,81g ZS=21,73g SZH=103,17g CK=11,09g SÓ=6,09g TZS=2,18g	EN=267,40kcal FH=9,34g ZS=10,20g SZH=34,52g CK=1,30g SÓ=1,72g TZS=3,98g
PÉNTEK 2024.06.28.	Tiramisu ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Brokkolikrémleves gyöngyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Olaszos rakott tészta (1, 2)*;	Gyümölcsös keksz 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Alma;
	EN=321,74kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=50,97g CK=17,66g SÓ=0,65g TZS=4,07g	EN=836,78kcal FH=47,44g ZS=24,82g SZH=102,57g CK=9,33g SÓ=1,62g TZS=6,43g	EN=228,80kcal FH=4,08g ZS=8,80g SZH=31,60g CK=0,00g SÓ=0,40g TZS=0,00g

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



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

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**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=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.

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

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Alföldi leves</b> Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyufa tészta, Vöröshagyma	147,01kcal	4,01g	3,72g	22,98g	0,80g	5,10g	0,66g
<b>Alma</b> Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Alma befőtt</b> Összetétel: Alma befőtt	68,00kcal	0,00g	0,00g	62,40g	10,56g	0,00g	0,00g
<b>Bakonji szárnysraguleves</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	195,10kcal	16,13g	7,00g	16,12g	1,57g	0,49g	0,43g
<b>Bolognai szósz</b> Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	281,92kcal	15,07g	20,68g	7,02g	4,57g	0,56g	0,70g
<b>Borsos tokány</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Marhaapróhús, gulyáskocka, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	191,05kcal	14,15g	14,03g	1,03g	0,52g	0,36g	0,31g
<b>Briós</b> Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
<b>Brokkolirémleves gyöngykalypóval</b> Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngykalypó tészta, Vöröshagyma	152,98kcal	5,56g	3,37g	23,43g	1,80g	0,51g	0,32g
<b>Bulgur</b> Összetétel: Bulgur, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,67kcal	7,57g	9,97g	47,65g	1,92g	0,60g	1,23g
<b>Burgonyapüré</b> Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	305,70kcal	7,30g	8,94g	44,62g	2,30g	0,47g	3,70g
<b>Csemege szalámi</b> Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
<b>Csikós tokány</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	360,16kcal	17,81g	29,32g	3,59g	0,55g	0,63g	1,54g
<b>Csipkebogyó tea</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Csirke nuggets</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,06kcal	8,80g	10,43g	18,40g	0,00g	1,20g	3,13g
<b>Csirke pörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	187,71kcal	20,85g	8,31g	6,11g	0,78g	0,38g	0,37g
<b>Csokis-Banános Piskóta</b> Összetétel: 8 KEK Piskóta - Banános	235,40kcal	2,70g	11,00g	31,35g	18,70g	0,50g	6,05g
<b>Csokoládé ízű tej</b> Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
<b>Csorba leves</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyán, Őrölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	213,01kcal	10,77g	14,51g	8,17g	1,40g	0,84g	0,19g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Csészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes csó tészta	318,24kcal	9,15g	6,57g	55,58g	3,00g	0,21g	0,83g
<b>Daragaluska leves</b> 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	204,00kcal	5,83g	5,08g	32,14g	1,10g	0,57g	0,69g
<b>Diákcsemege szalámi</b> Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
<b>Eper íz tej</b> Összetétel: Gf instant eper ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,29kcal	7,75g	3,75g	17,64g	11,50g	0,25g	2,25g
<b>Eper-csipkebogyó gyümölcs tea</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Erdő gyümölcs tea</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Fatörzskifli</b> Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
<b>Félbarna kenyér</b> Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
<b>Félbarna kenyér</b> Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
<b>Félbarna kenyér</b> Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
<b>Felvidéki vegyes leves</b> Összetétel: 10%-os ételcset, Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	149,81kcal	4,51g	3,56g	23,53g	2,53g	0,56g	0,32g
<b>Fokhagymakrémleves</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	140,38kcal	4,33g	2,81g	23,81g	1,87g	0,45g	0,14g
<b>Fonott kalács</b> Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	217,80kcal	5,02g	4,82g	37,49g	6,27g	0,46g	2,38g
<b>Fonottka</b> Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
<b>Galuska</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott', főzővíz'	406,90kcal	27,00g	10,33g	96,75g	0,00g	0,41g	1,00g
<b>Göcseji csirkemellsonka</b> Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	44,80kcal	6,40g	2,00g	0,36g	0,16g	0,96g	0,68g
<b>Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlés'</b> Összetétel: Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	191,60kcal	3,60g	8,80g	23,20g	0,00g	0,40g	0,00g
<b>Gyümölcsös krémjoghurt</b> Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Halpaprikás</b> Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. piramin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé sűrítvény, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	128,90kcal	11,87g	4,56g	9,61g	1,40g	1,39g	0,56g
<b>Halrudacsok pánirozott</b> Összetétel: Étölaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska pánirozott	205,67kcal	11,16g	9,10g	19,26g	0,00g	1,15g	0,78g
<b>Hargitai burgonyaleves</b> Összetétel: Borsikafű, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	143,37kcal	3,75g	3,70g	21,90g	1,40g	0,54g	0,28g
<b>Hot-Dog</b> Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop	242,21kcal	8,88g	9,73g	28,73g	0,32g	1,44g	3,20g
<b>Húsgombócleves</b> Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezelem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	283,46kcal	13,73g	17,33g	16,16g	0,99g	0,50g	0,37g
<b>Húsos lecsó</b> Összetétel: Csemege paprika, Étölaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	540,07kcal	21,20g	27,60g	66,28g	10,55g	3,50g	0,61g
<b>Kakaós csiga</b> Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
<b>Kakaós cukor</b> Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,85kcal	1,00g	1,05g	15,55g	15,00g	0,00g	0,65g
<b>Kenőmáj</b> Összetétel: Kenőmáj	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
<b>Ketchup</b> Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
<b>Kifli</b> Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
<b>Kigyóuborka</b> Összetétel: Kigyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Kockasajt</b> Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g
<b>Korianderes karfiolkrémleves</b> Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Örlött fekete bors, Petrezelem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	98,60kcal	3,29g	4,57g	9,86g	2,37g	0,49g	0,26g
<b>Kukoricás rizs</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örlött fekete bors, Petrezelem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	282,66kcal	7,05g	9,56g	61,80g	1,10g	0,60g	1,05g
<b>Kuskusz</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. piramin paprika, Kuskusz, Örlött fekete bors, Petrezelem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	348,78kcal	9,67g	9,75g	53,25g	3,39g	0,60g	1,21g
<b>Lekváros bukta</b> Összetétel: Lekváros bukta 70g	518,00kcal	8,82g	8,54g	98,84g	33,18g	0,98g	4,34g
<b>Lencseleves sertéshússal</b> Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	336,14kcal	18,30g	18,54g	21,75g	2,32g	0,48g	0,41g



# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Levesgyöngy</b> Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
<b>Liga Margarin</b> Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
<b>Limonádé</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
<b>Madártej ízű tej</b> Összetétel: Gf instant madártej ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	142,20kcal	7,75g	3,77g	19,52g	11,50g	0,25g	2,25g
<b>Magyaros vajkrém</b> Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
<b>Májguskaleves</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g
<b>Majonéz</b> Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
<b>Makaróni</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
<b>Mákos cukor</b> Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
<b>Mediterrán csirkeapró</b> Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fűszerkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	255,04kcal	21,65g	8,02g	22,54g	6,64g	0,49g	0,35g
<b>Meggyes gyümölcs Tea</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
<b>Metélt tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
<b>Mexikói sertésragu</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	329,52kcal	16,11g	21,04g	16,73g	2,26g	0,40g	0,30g
<b>Méz-mustáros csirke csikok</b> Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	242,04kcal	22,65g	8,26g	18,54g	6,91g	0,39g	0,31g
<b>Mogyorókrém</b> Összetétel: Mogyorókrém	60,75kcal	0,25g	3,75g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Molnárka</b> Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
<b>Müzli szelet</b> Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
<b>Napraforgómagos vajkrém</b> Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Olasz rakott tészta</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	683,80kcal	41,87g	21,45g	79,14g	7,53g	1,11g	6,10g
<b>Paradicsom</b> Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Paradicsomleves betéttel</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	187,88kcal	4,15g	5,22g	30,81g	18,69g	0,52g	0,61g
<b>Paradicsomos halpástétom</b> Összetétel: Paradicsomos halpástétom	134,40kcal	3,56g	12,20g	2,52g	0,08g	0,52g	1,64g
<b>Párizsikrém</b> Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	93,94kcal	4,29g	7,86g	1,42g	0,03g	0,87g	1,80g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
<b>Pásztor bulgur csirkével, kolbással</b> Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	563,54kcal	29,17g	19,63g	58,44g	1,10g	1,43g	3,62g
<b>Petrezselymes burgonya</b> Összetétel: Burgonya, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
<b>Petrezselymes rizs</b> Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	272,16kcal	4,64g	12,18g	55,87g	0,39g	0,31g	1,31g
<b>Pírtott tökrag</b> Összetétel: Tökmag hántolt	124,60kcal	6,78g	10,10g	0,72g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Pritaminos sajtfejt</b> Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	242,81kcal	15,49g	12,26g	16,22g	0,30g	1,02g	7,82g
<b>Rántott csirkemell 'mirelit'</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott csirkemell filé	187,73kcal	13,00g	6,41g	19,00g	4,20g	1,50g	0,05g
<b>Reszelt tészta leves</b> Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	113,97kcal	3,27g	3,42g	17,15g	0,76g	0,54g	0,43g
<b>Rozsos párna</b> Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
<b>Sajt szórat</b> Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
<b>Sajtkrém</b> Összetétel: Natúr sajtkrém	92,50kcal	3,25g	7,10g	4,00g	0,00g	0,88g	4,60g
<b>Sajtos korong</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	194,43kcal	9,60g	9,96g	16,00g	0,00g	1,44g	2,92g
<b>Sajtos pogácsa</b> Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Sajtos rúd</b> Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	320,60kcal	5,60g	20,72g	27,09g	1,19g	1,33g	10,43g
<b>Sárgarépa</b> Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,05g	2,50g	0,00g	0,00g
<b>Sertés párizsi</b> Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
<b>Sertésraguleves</b> Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	315,82kcal	15,88g	17,40g	21,86g	3,81g	0,51g	0,42g
<b>Sonkakrém</b> Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,45g	4,00g	2,05g	0,16g	0,76g	0,28g
<b>Szárazbaleves</b> Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	220,65kcal	11,07g	3,04g	35,68g	1,58g	0,50g	0,29g
<b>Szárnyasgulyásleves</b> Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	180,03kcal	14,31g	5,31g	16,83g	1,73g	0,55g	0,27g
<b>Tápai legényfogyó leves</b> Összetétel: Citromlé 40%, Csirkemáj, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	215,56kcal	19,12g	6,95g	18,03g	2,72g	0,72g	0,64g
<b>Tarhonyaleves</b> Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	181,76kcal	4,70g	5,53g	26,61g	2,23g	0,71g	1,29g
<b>Teavaj</b> Összetétel: Teavaj	86,76kcal	0,05g	9,84g	0,04g	0,00g	0,01g	6,84g
<b>Tej</b> Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
<b>Tejbegríz</b> Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Tej '1,5%'	246,00kcal	10,26g	3,90g	42,06g	20,04g	0,24g	2,16g
<b>Tejberizs</b> Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,76g	4,71g	84,03g	28,80g	0,45g	2,70g
<b>Tejescávéiz tej</b> Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g
<b>Tejles kiörítés egyenes kifli</b> Összetétel: Egyenes, tejles kiörítésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
<b>Tejles kiörítés kenyér</b> Összetétel: Tejles kiörítésű kenyér	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
<b>Tejles kiörítés kenyér</b> Összetétel: Tejles kiörítésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
<b>Tejles kiörítés kenyér</b> Összetétel: Tejles kiörítésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Tiramisu ízű tej</b> Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejszesítő, Tej '1,5%'	141,62kcal	7,75g	3,75g	19,51g	11,50g	0,25g	2,25g
<b>Tojáskrém</b> Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	121,20kcal	3,92g	10,36g	0,59g	0,13g	0,45g	3,87g
<b>Törtburgonya</b> Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	317,12kcal	5,82g	11,73g	42,51g	0,13g	0,39g	1,20g
<b>Túró Rudi</b> Összetétel: Túró Rudi	101,40kcal	2,10g	5,04g	11,67g	10,56g	0,03g	4,29g
<b>Uborkasaláta</b> Összetétel: 10%-os ételecet, Kigó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,32kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,20g	0,00g
<b>Vajás fokhagymás törtburgonya</b> Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	223,05kcal	5,56g	2,34g	40,69g	0,00g	0,24g	0,73g
<b>Vaníliás krémtúró</b> Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	66,43kcal	5,74g	2,48g	4,95g	3,59g	0,00g	0,00g
<b>Vegyes saláta</b> Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	74,65kcal	1,44g	0,20g	16,40g	11,60g	0,20g	0,01g
<b>Zala felvágott</b> Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
<b>Zöldborsóf zelék</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	330,04kcal	15,86g	4,50g	53,81g	25,68g	0,37g	1,11g
<b>Zöldborsós csirkeragu</b> Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	175,42kcal	18,36g	5,96g	10,84g	1,77g	0,36g	0,22g
<b>Zöldfűszeres halpástétom</b> Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	133,60kcal	3,48g	12,16g	2,36g	0,08g	0,52g	1,64g
<b>Zöldségves</b> Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	137,50kcal	4,17g	3,50g	21,82g	2,63g	0,53g	0,47g