

| | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|--------------------------|---|---|---|
| HÉTF 2024.12.02. | Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; | Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Halrudacskák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma; | Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=284,90kcal FH=11,46g ZS=7,66g SZH=41,78g CK=16,70g SÓ=0,71g TZS=4,54g | EN=764,12kcal FH=20,40g ZS=23,63g SZH=111,05g CK=21,24g SÓ=1,95g TZS=2,71g | EN=255,40kcal FH=8,88g ZS=12,40g SZH=27,22g CK=0,52g SÓ=1,74g TZS=4,76g |
| KEDD 2024.12.03. | Erdei gyümölcs tea; Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa; | Tarhonyaleves (1, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma; | Lekvár; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; |
| | EN=252,20kcal FH=9,35g ZS=4,70g SZH=42,63g CK=12,06g SÓ=1,60g TZS=0,52g | EN=866,72kcal FH=30,94g ZS=37,59g SZH=94,51g CK=7,53g SÓ=1,67g TZS=2,86g | EN=243,30kcal FH=5,49g ZS=3,02g SZH=48,47g CK=15,84g SÓ=0,96g TZS=0,78g |
| SZERDA 2024.12.04. | Madártej ízű tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*; | Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma; | Kefír (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*; |
| | EN=290,65kcal FH=11,34g ZS=7,33g SZH=44,35g CK=13,19g SÓ=0,82g TZS=3,57g | EN=822,91kcal FH=43,64g ZS=27,84g SZH=116,13g CK=8,97g SÓ=1,60g TZS=2,26g | EN=214,50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g CK=6,05g SÓ=0,75g TZS=3,75g |
| CSÜTÖRTÖK 2024.12.05. | Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; | Szárazbaleves sertéshússal (1, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Magyaros vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom; |
| | EN=297,54kcal FH=10,20g ZS=9,40g SZH=43,06g CK=10,08g SÓ=1,74g TZS=3,18g | EN=819,31kcal FH=35,21g ZS=21,83g SZH=137,85g CK=45,09g SÓ=1,45g TZS=3,74g | EN=220,30kcal FH=6,64g ZS=5,30g SZH=36,36g CK=0,78g SÓ=0,92g TZS=2,98g |
| PÉNTEK 2024.12.06. | Eper-meggy gyümölcs tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Csemege uborka (11)*; Csokoládé Mikulás (2, 6, 8)*; | Gesztenyés párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*; |
| | EN=266,80kcal FH=8,55g ZS=7,70g SZH=40,52g CK=9,40g SÓ=1,72g TZS=4,84g | EN=1 219,57kcal FH=37,88g ZS=50,64g SZH=146,37g CK=9,43g SÓ=2,58g TZS=1,69g | EN=236,60kcal FH=3,99g ZS=10,08g SZH=31,78g CK=0,00g SÓ=0,42g TZS=4,55g |

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 |
|-------------------------|---|--|--|
| SZOMBAT 2024.12.07. | Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; | Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*; | Sajtos pogácsa (1, 2)*; |
| | EN=326,50kcal FH=9,08g ZS=13,00g SZH=42,88g CK=9,88g SÓ=1,78g TZS=4,98g | EN=895,39kcal FH=31,05g ZS=33,41g SZH=113,89g CK=44,70g SÓ=1,45g TZS=7,81g | EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g |
| VASÁRNAP 2024.12.08. | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

**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 2024.12.09. | Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*; | Tápai legényfogó leves (1, 2, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Céklasaláta (6, 15)*; | Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g | EN=762,23kcal FH=34,39g ZS=28,04g SZH=87,15g CK=7,08g SÓ=4,02g TZS=8,34g | EN=266,16kcal FH=5,31g ZS=10,44g SZH=39,46g CK=12,67g SÓ=0,86g TZS=7,08g |
| KEDD 2024.12.10. | Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | BrokkolikréMLEVES gyöngygyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Borsos tokány (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Vegyes saláta; | Sajtos rúd (1, 2, 3)*; |
| | EN=292,60kcal FH=13,58g ZS=8,75g SZH=40,11g CK=12,16g SÓ=1,25g TZS=2,74g | EN=787,21kcal FH=27,82g ZS=38,22g SZH=98,81g CK=14,09g SÓ=1,55g TZS=1,74g | EN=318,50kcal FH=6,09g ZS=19,88g SZH=27,79g CK=1,26g SÓ=1,47g TZS=9,94g |
| SZERDA 2024.12.11. | Citromos tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; | Szárnyasgulyásleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*; | Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=290,68kcal FH=9,63g ZS=8,46g SZH=43,83g CK=9,84g SÓ=1,71g TZS=1,86g | EN=827,96kcal FH=29,60g ZS=25,03g SZH=117,18g CK=20,85g SÓ=1,17g TZS=2,71g | EN=241,60kcal FH=9,22g ZS=10,20g SZH=28,22g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g |
| CSÜTÖRTÖK 2024.12.12. | Csokoládé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*; | Burgonyaleves (1, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Cs tészta (1)*; Narancs; | Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=267,89kcal FH=11,28g ZS=4,93g SZH=44,14g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g | EN=853,58kcal FH=30,14g ZS=31,93g SZH=105,79g CK=7,28g SÓ=1,17g TZS=1,37g | EN=226,90kcal FH=8,47g ZS=7,70g SZH=31,06g CK=0,36g SÓ=1,72g TZS=4,84g |
| PÉNTEK 2024.12.13. | Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Csontleves (1, 3, 5)*; Székelyhúsgombóc (1, 2, 3, 5, 6)*; Félbarna kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; | Lekvár; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma; |
| | EN=275,34kcal FH=10,88g ZS=9,80g SZH=36,88g CK=9,66g SÓ=1,82g TZS=3,36g | EN=764,41kcal FH=29,70g ZS=32,47g SZH=90,65g CK=9,04g SÓ=7,03g TZS=1,78g | EN=280,50kcal FH=5,97g ZS=3,02g SZH=56,87g CK=15,84g SÓ=0,96g TZS=0,78g |

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 |
|-------------------------|--|---|--|
| SZOMBAT 2024.12.14. | Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; | Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; | Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; |
| | EN=290,12kcal FH=11,83g ZS=7,34g SZH=43,21g CK=17,91g SÓ=0,72g TZS=4,32g | EN=877,97kcal FH=33,82g ZS=36,94g SZH=96,06g CK=7,42g SÓ=3,51g TZS=0,91g | EN=219,85kcal FH=6,73g ZS=8,16g SZH=29,03g CK=1,63g SÓ=1,71g TZS=5,10g |
| VASÁRNAP 2024.12.15. | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

**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 2024.12.16. | Tej (2)*; Magyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*; | Korianderes karfiolkrém leves (2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma; | Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*; |
| | EN=330,95kcal FH=13,09g ZS=8,10g SZH=51,61g CK=12,53g SÓ=1,17g TZS=2,56g | EN=855,16kcal FH=33,58g ZS=40,35g SZH=85,70g CK=10,64g SÓ=1,75g TZS=4,77g | EN=173,10kcal FH=5,10g ZS=5,20g SZH=24,75g CK=0,35g SÓ=0,68g TZS=3,22g |
| KEDD 2024.12.17. | Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup; | Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; |
| | EN=303,01kcal FH=9,03g ZS=9,73g SZH=39,33g CK=10,21g SÓ=1,59g TZS=3,20g | EN=747,60kcal FH=30,36g ZS=33,20g SZH=77,22g CK=13,57g SÓ=1,95g TZS=1,44g | EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g |
| SZERDA 2024.12.18. | Eper íz tej (2)*; Kifli (1, 2)*; | Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vajás fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Fejeskáposzta-saláta; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=268,14kcal FH=11,28g ZS=4,91g SZH=42,41g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g | EN=841,66kcal FH=51,81g ZS=17,44g SZH=102,76g CK=7,97g SÓ=1,83g TZS=1,25g | EN=260,80kcal FH=8,88g ZS=13,00g SZH=27,12g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g |
| CSÜTÖRTÖK 2024.12.19. | Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Lebbencsleves (1, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Alma bef tt; | Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Zöldpaprika; |
| | EN=295,50kcal FH=9,22g ZS=10,96g SZH=37,11g CK=9,53g SÓ=1,29g TZS=4,11g | EN=750,56kcal FH=36,22g ZS=21,83g SZH=164,17g CK=16,67g SÓ=1,56g TZS=2,19g | EN=266,44kcal FH=5,58g ZS=12,73g SZH=32,00g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=7,34g |
| PÉNTEK 2024.12.20. | Csokoládé ízű tej (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Filézett halászlé (5, 9)*; Diós búrkifli (1, 2, 4, 6)*; Mákos búrkifli (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; | Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom; |
| | EN=332,84kcal FH=13,75g ZS=6,92g SZH=54,30g CK=12,34g SÓ=1,19g TZS=3,03g | EN=767,16kcal FH=23,33g ZS=33,00g SZH=96,59g CK=6,68g SÓ=4,19g TZS=8,70g | EN=246,70kcal FH=10,58g ZS=9,50g SZH=29,72g CK=0,62g 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 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 2024.12.23. | Citromos tea; Májkrém; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Gránátos kocka (1)*; Alma; | Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*; |
| | EN=329,94kcal FH=9,82g ZS=15,90g SZH=36,66g CK=9,40g SÓ=1,58g TZS=6,04g | EN=776,09kcal FH=27,53g ZS=26,98g SZH=101,34g CK=6,95g SÓ=0,99g TZS=1,54g | EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g |
| KEDD 2024.12.24. | | | |
| | | | |
| SZERDA 2024.12.25. | | | |
| | | | |
| CSÜTÖRTÖK 2024.12.26. | | | |
| | | | |
| PÉNTEK 2024.12.27. | | | |
| | | | |

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 2024.12.30. | Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Csontleves (1, 3, 5)*; Gyrosos csirke csíkok (1, 2, 11)*; Párolt gersli (1, 5)*; Csemege uborka (11)*; | Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; |
| | EN=357,94kcal FH=18,22g ZS=15,60g SZH=36,10g CK=9,40g SÓ=1,84g TZS=8,44g | EN=725,77kcal FH=34,50g ZS=23,78g SZH=89,47g CK=3,64g SÓ=3,14g TZS=1,92g | EN=260,45kcal FH=7,01g ZS=13,32g SZH=27,13g CK=1,71g SÓ=0,99g TZS=2,24g |
| KEDD 2024.12.31. | Citromos tea; Csirke májkrém 50g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Zöldséges rakott tészta (1, 2, 5)*; Alma; | Dzsem (13)*; Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; |
| | EN=302,94kcal FH=10,87g ZS=11,55g SZH=38,55g CK=9,40g SÓ=1,49g TZS=2,99g | EN=958,40kcal FH=51,06g ZS=34,65g SZH=105,33g CK=14,18g SÓ=1,49g TZS=4,15g | EN=220,85kcal FH=3,53g ZS=4,66g SZH=39,77g CK=14,88g SÓ=0,47g TZS=1,30g |
| SZERDA 2025.01.01. | Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Sárgarépa; | Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggy mártás (1, 2)*; Píritott dara (1)*; | Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; |
| | EN=341,89kcal FH=14,44g ZS=9,10g SZH=50,57g CK=15,08g SÓ=1,24g TZS=2,56g | EN=796,96kcal FH=40,02g ZS=18,98g SZH=103,76g CK=32,72g SÓ=1,75g TZS=1,27g | EN=266,16kcal FH=5,31g ZS=10,44g SZH=39,46g CK=12,67g SÓ=0,86g TZS=7,08g |
| CSÜTÖRTÖK 2025.01.02. | Csokoládé ízű tej (2)*; Fonottka (1, 2)*; | Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt szórat (2)*; | Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka; |
| | EN=288,54kcal FH=11,80g ZS=5,12g SZH=48,28g CK=13,40g SÓ=0,75g TZS=2,95g | EN=794,58kcal FH=34,46g ZS=33,98g SZH=85,21g CK=10,90g SÓ=1,94g TZS=5,38g | EN=274,00kcal FH=9,20g ZS=12,81g SZH=30,27g CK=0,44g SÓ=1,36g TZS=1,88g |
| PÉNTEK 2025.01.03. | Erdei gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; | Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Alma; | Sajtkrém (2, 5)*; Zsemle (1)*; |
| | EN=295,50kcal FH=9,22g ZS=10,96g SZH=37,11g CK=9,53g SÓ=1,29g TZS=4,11g | EN=790,62kcal FH=32,56g ZS=23,26g SZH=130,29g CK=47,13g SÓ=0,93g TZS=3,11g | EN=232,95kcal FH=7,49g ZS=7,63g SZH=32,67g CK=0,16g SÓ=1,51g TZS=4,92g |

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: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Alma Összetétel: Alma 'Idared' | 37,20kcal | 0,48g | 0,00g | 8,40g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt | 68,00kcal | 0,00g | 0,00g | 62,40g | 10,56g | 0,00g | 0,00g |
| Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska | 424,80kcal | 8,64g | 11,88g | 69,12g | 26,28g | 0,60g | 4,92g |
| Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin | 31,50kcal | 0,00g | 3,50g | 0,00g | 0,00g | 0,00g | 0,70g |
| Bolognai szósz 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 |
| Borsos tokány Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 305,78kcal | 16,26g | 24,32g | 3,39g | 0,47g | 0,40g | 0,31g |
| Brokkolirémleves gyöngyagylóval 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 gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma | 152,98kcal | 5,56g | 3,37g | 23,43g | 1,80g | 0,51g | 0,32g |
| Burgonyaleves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zeller zöld | 152,86kcal | 4,32g | 2,27g | 26,82g | 1,66g | 0,55g | 0,22g |
| Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%' | 326,30kcal | 7,61g | 10,89g | 45,08g | 2,76g | 0,49g | 4,57g |
| Céklasaláta Összetétel: Céklasaláta | 27,30kcal | 0,78g | 0,06g | 6,19g | 1,60g | 1,60g | 0,00g |
| Citromos tea Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű | 36,54kcal | 0,00g | 0,00g | 9,05g | 9,04g | 0,00g | 0,00g |
| Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi | 104,80kcal | 3,60g | 10,00g | 0,00g | 0,00g | 0,84g | 4,20g |
| Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka | 14,00kcal | 0,60g | 0,10g | 2,40g | 1,90g | 1,50g | 0,00g |
| Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor | 39,90kcal | 0,08g | 0,00g | 9,47g | 9,04g | 0,00g | 0,00g |
| Csirke májkrém 50g Összetétel: Csirke májkrém 50g | 132,00kcal | 5,65g | 10,95g | 2,45g | 0,00g | 0,65g | 2,75g |
| Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets | 205,06kcal | 8,80g | 10,43g | 18,40g | 0,00g | 1,20g | 3,13g |
| Csirke pörkölt 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 |
| Csirke raguleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma | 253,60kcal | 18,92g | 6,84g | 27,78g | 4,01g | 0,52g | 0,53g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjезítésítő, Tej '1,5%' | 141,04kcal | 7,75g | 3,77g | 19,38g | 11,50g | 0,25g | 2,25g |
| Csokoládé Mikulás Összetétel: Csokoládé | 569,00kcal | 2,00g | 32,00g | 64,00g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveleszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma | 127,64kcal | 3,86g | 3,04g | 20,66g | 1,38g | 0,54g | 0,41g |
| Cs. tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes csó tészta | 318,24kcal | 9,15g | 6,57g | 55,58g | 3,00g | 0,21g | 0,83g |
| Diákcseszege szalámi Összetétel: Diákcseszege szalámi | 99,40kcal | 3,60g | 9,40g | 0,10g | 0,10g | 0,80g | 3,80g |
| Diós búrkifli Összetétel: Diós búrkifli 50g, Diós búrkifli 70g | 291,20kcal | 5,60g | 11,20g | 42,70g | 2,80g | 0,14g | 0,00g |
| Dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem | 62,50kcal | 0,00g | 0,00g | 15,00g | 13,25g | 0,00g | 0,00g |
| Eper ízű tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjезítésítő, Tej '1,5%' | 141,29kcal | 7,75g | 3,75g | 17,64g | 11,50g | 0,25g | 2,25g |
| Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor | 39,90kcal | 0,08g | 0,00g | 9,47g | 9,04g | 0,00g | 0,00g |
| Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor | 39,90kcal | 0,08g | 0,00g | 9,47g | 9,04g | 0,00g | 0,00g |
| Erdi gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor | 39,90kcal | 0,08g | 0,00g | 9,47g | 9,04g | 0,00g | 0,00g |
| Erdi 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%' | 179,43kcal | 2,71g | 1,31g | 38,41g | 19,73g | 0,11g | 0,45g |
| Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g | 180,12kcal | 4,33g | 3,59g | 31,46g | 6,16g | 0,40g | 1,82g |
| Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott' | 57,28kcal | 1,63g | 0,22g | 11,92g | 6,00g | 0,22g | 0,01g |
| Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér | 80,10kcal | 2,67g | 0,30g | 16,68g | 0,39g | 0,42g | 0,03g |
| Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér | 160,20kcal | 5,34g | 0,60g | 33,36g | 0,78g | 0,84g | 0,06g |
| Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér | 64,08kcal | 2,14g | 0,24g | 13,34g | 0,31g | 0,34g | 0,02g |
| Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 126,36kcal | 9,81g | 7,71g | 6,13g | 3,49g | 3,16g | 2,79g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

| Étel név, összetevők | 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 |
| Gesztenyés párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztenyés párna 50 g, Fagy. gesztenyés rúd 70 g | 236,60kcal | 3,99g | 10,08g | 31,78g | 0,00g | 0,42g | 4,55g |
| Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma | 423,08kcal | 11,16g | 9,58g | 71,08g | 3,14g | 0,48g | 1,12g |
| Gyrosos csirke csikok Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. csirkecomb gyros hús, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyros fűszerkeverék, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 231,03kcal | 22,95g | 8,18g | 14,95g | 0,14g | 0,65g | 0,31g |
| Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g | 125,00kcal | 4,12g | 4,00g | 17,50g | 16,25g | 0,23g | 2,75g |
| Halrudacska panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott | 205,67kcal | 11,16g | 9,10g | 19,26g | 0,00g | 1,15g | 0,78g |
| Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle 53g, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop | 242,21kcal | 8,88g | 9,73g | 28,73g | 0,32g | 1,44g | 3,20g |
| Húsgombóceves Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levestöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma | 283,46kcal | 13,73g | 17,33g | 16,16g | 0,99g | 0,50g | 0,37g |
| Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma | 664,94kcal | 28,01g | 30,66g | 65,53g | 3,27g | 1,05g | 0,83g |
| Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor | 78,85kcal | 1,00g | 1,05g | 15,55g | 15,00g | 0,00g | 0,65g |
| Kefir Összetétel: Kefir | 90,00kcal | 4,80g | 5,25g | 5,70g | 5,70g | 0,15g | 3,45g |
| Kenőmáj Összetétel: Kenőmáj | 107,20kcal | 4,00g | 9,60g | 1,16g | 0,52g | 0,88g | 3,92g |
| Ketchup Összetétel: Ketchup | 20,90kcal | 0,07g | 0,00g | 1,13g | 0,86g | 0,16g | 0,00g |
| Kifli Összetétel: Kifli 43g | 126,85kcal | 3,53g | 1,16g | 24,77g | 1,63g | 0,47g | 0,60g |
| Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr | 93,00kcal | 3,20g | 7,00g | 4,26g | 0,00g | 1,24g | 4,50g |
| Korianderes karfiolkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma | 98,60kcal | 3,29g | 4,57g | 9,86g | 2,37g | 0,49g | 0,26g |
| Kuskusz Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuskusz, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 348,78kcal | 9,67g | 9,75g | 53,25g | 3,39g | 0,60g | 1,21g |
| Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt | 155,50kcal | 13,00g | 11,50g | 0,00g | 0,00g | 1,00g | 7,50g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Időszak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

| Étel név, összetevők | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Lebenszives Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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 nagykocka tészta, Vöröshagyma | 202,31kcal | 5,75g | 4,13g | 33,61g | 2,70g | 0,65g | 0,81g |
| Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár | 61,50kcal | 0,09g | 0,03g | 15,05g | 15,00g | 0,03g | 0,00g |
| Lencseleves Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma | 251,34kcal | 13,66g | 4,14g | 38,29g | 1,80g | 0,55g | 0,29g |
| Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy | 74,70kcal | 1,20g | 4,20g | 7,95g | 0,90g | 0,14g | 0,00g |
| Liga Margarin Összetétel: Liga margarin | 21,60kcal | 0,06g | 2,40g | 0,06g | 0,06g | 0,10g | 0,72g |
| Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejélesztő, Tej '1,5%' | 142,20kcal | 7,75g | 3,77g | 19,52g | 11,50g | 0,25g | 2,25g |
| Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém | 48,60kcal | 0,80g | 4,60g | 1,00g | 0,00g | 0,08g | 2,92g |
| Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma | 258,51kcal | 16,87g | 7,64g | 29,32g | 1,95g | 0,80g | 0,60g |
| Májkrém Összetétel: Sonkás májaskrém | 159,00kcal | 4,60g | 15,30g | 0,55g | 0,00g | 0,74g | 5,80g |
| Majonéz Összetétel: Majonéz | 56,80kcal | 0,16g | 5,16g | 2,40g | 1,34g | 0,32g | 0,68g |
| Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni | 300,34kcal | 8,54g | 6,50g | 51,87g | 2,80g | 0,17g | 0,81g |
| Mákos búrkifli Összetétel: Búrkifli 'Mákos' 50g, Búrkifli 'Mákos' 70g | 269,50kcal | 5,25g | 13,79g | 31,08g | 0,00g | 0,48g | 5,88g |
| Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor | 222,00kcal | 3,60g | 12,00g | 23,40g | 15,93g | 0,01g | 1,50g |
| Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta | 308,63kcal | 8,54g | 7,42g | 51,87g | 2,80g | 0,19g | 0,91g |
| Mediterrán csirkeapró 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 |
| Méz Összetétel: Vegyes virág méz | 45,00kcal | 0,05g | 0,00g | 12,36g | 12,32g | 0,02g | 0,00g |
| Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém | 60,75kcal | 0,25g | 3,75g | 6,50g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Molnárika Összetétel: Molnárika 55g | 174,90kcal | 3,96g | 3,91g | 30,03g | 4,95g | 0,39g | 2,04g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|-------|-------|---------------|
| 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 |
| Paradicsom Összetétel: Paradicsom | 11,50kcal | 0,50g | 0,10g | 2,00g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%' | 93,94kcal | 4,29g | 7,86g | 1,42g | 0,03g | 0,87g | 1,80g |
| Párolt gersli Összetétel: Árpagyöngy, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 353,10kcal | 7,10g | 12,45g | 51,46g | 0,22g | 0,45g | 1,20g |
| Párolt rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma | 253,81kcal | 4,56g | 10,34g | 55,59g | 0,22g | 0,45g | 1,10g |
| Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz' | 285,01kcal | 5,89g | 8,06g | 42,58g | 0,17g | 0,37g | 0,80g |
| Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma | 272,16kcal | 4,64g | 12,18g | 55,87g | 0,39g | 0,31g | 1,31g |
| Reszelt tésztalevés Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma | 132,12kcal | 3,90g | 3,55g | 20,78g | 0,89g | 0,54g | 0,47g |
| Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g | 169,68kcal | 4,93g | 2,74g | 30,46g | 0,45g | 0,62g | 0,50g |
| Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma | 332,89kcal | 18,33g | 23,29g | 9,93g | 0,81g | 0,56g | 0,36g |
| Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt | 62,40kcal | 5,00g | 4,40g | 0,60g | 0,00g | 0,40g | 3,00g |
| Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém | 92,50kcal | 3,25g | 7,10g | 4,00g | 0,00g | 0,88g | 4,60g |
| Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g | 270,90kcal | 6,65g | 9,94g | 37,59g | 1,26g | 1,89g | 4,97g |
| Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g , Fagy. sajtos rúd 70 g | 318,50kcal | 6,09g | 19,88g | 27,79g | 1,26g | 1,47g | 9,94g |
| Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa | 20,00kcal | 0,60g | 0,10g | 4,05g | 2,50g | 0,00g | 0,00g |
| Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi | 79,20kcal | 4,80g | 6,40g | 0,60g | 0,20g | 0,80g | 2,40g |
| Sertésraguleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Örölt 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 |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém | 57,90kcal | 3,45g | 4,00g | 2,05g | 0,16g | 0,76g | 0,28g |
| Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék | 256,24kcal | 28,88g | 10,49g | 1,04g | 0,03g | 0,48g | 0,12g |
| Szárzabbaleves sertéshússal Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárzabb, Vöröshagyma | 312,00kcal | 17,50g | 15,73g | 22,94g | 1,08g | 0,53g | 0,26g |
| Szárnycsirkés rizottó Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma | 480,25kcal | 30,47g | 17,70g | 68,17g | 3,41g | 0,90g | 1,38g |
| Szárnycsirkés leves 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 |
| Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacska tészta | 308,63kcal | 8,54g | 7,42g | 51,87g | 2,80g | 0,19g | 0,91g |
| Székelnyúsgombóc Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma | 478,07kcal | 22,23g | 27,68g | 38,11g | 0,27g | 6,06g | 0,74g |
| Tápai legényfogyó leves Összetétel: Citromlé 40%, 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 | 203,56kcal | 17,21g | 6,67g | 17,48g | 2,72g | 0,72g | 0,64g |
| Tarhonyaleves 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 |
| Teavaj Összetétel: Teavaj | 86,76kcal | 0,05g | 9,84g | 0,04g | 0,00g | 0,01g | 6,84g |
| Tej Összetétel: 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 '1,5%' | 352,30kcal | 13,76g | 4,71g | 84,03g | 28,80g | 0,45g | 2,70g |
| Tejles kiöltés egyenes kifli Összetétel: Egyenes, tejles kiöltésű kifli 50g | 124,50kcal | 4,30g | 0,60g | 23,75g | 0,35g | 0,60g | 0,30g |
| Tejles kiöltés kenyér Összetétel: Tejles kiöltésű kenyér | 53,76kcal | 2,09g | 0,24g | 10,82g | 0,14g | 0,34g | 0,10g |
| Tejles kiöltés kenyér Összetétel: Tejles kiöltésű kenyér | 76,16kcal | 2,96g | 0,34g | 15,33g | 0,20g | 0,48g | 0,14g |
| Tejles kiöltés kenyér Összetétel: Tejles kiöltésű kenyér | 134,40kcal | 5,22g | 0,60g | 27,06g | 0,36g | 0,84g | 0,24g |
| Tojáskrém 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 |
| Tökf zselé Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma | 206,43kcal | 5,17g | 6,02g | 31,17g | 11,67g | 0,37g | 0,48g |

Étlap melléklet

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

Étlap: Iskola 'A'

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

| Étel név , összetevő k | Energia | Fehérje | Zsír | Szénhidrát | Cukor | Só | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| Vadás aprópecsenye Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma | 333,28kcal | 15,96g | 23,09g | 13,20g | 2,62g | 0,42g | 0,32g |
| Vajás fokhagymás töltburgonya Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz' | 223,05kcal | 5,56g | 2,34g | 40,69g | 0,00g | 0,24g | 0,73g |
| Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém | 48,20kcal | 0,86g | 4,40g | 1,30g | 0,05g | 0,08g | 0,00g |
| Vaníliaöntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor | 187,14kcal | 8,68g | 4,20g | 28,60g | 17,42g | 0,35g | 2,52g |
| Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Kigyo uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott' | 74,65kcal | 1,44g | 0,20g | 16,40g | 11,60g | 0,20g | 0,01g |
| Vegyes vágott Összetétel: Vegyes vágott | 40,80kcal | 1,22g | 0,23g | 6,75g | 1,60g | 1,82g | 0,03g |
| Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott | 82,80kcal | 5,60g | 6,80g | 0,72g | 0,20g | 0,88g | 2,40g |
| Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld | 97,53kcal | 3,39g | 1,85g | 15,83g | 1,66g | 0,50g | 0,05g |
| Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma | 140,23kcal | 5,89g | 2,82g | 22,00g | 3,95g | 0,50g | 0,40g |
| Zöldborsós aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 298,98kcal | 16,09g | 22,31g | 6,25g | 1,91g | 0,36g | 0,36g |
| Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom | 133,60kcal | 3,48g | 12,16g | 2,36g | 0,08g | 0,52g | 1,64g |
| Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika | 10,00kcal | 0,60g | 0,15g | 1,50g | 0,00g | 0,00g | 0,00g |
| Zöldséges rakott tészta Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Oregánó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma | 667,60kcal | 31,66g | 27,81g | 69,15g | 10,17g | 0,97g | 3,62g |