

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.01.	Vaníliástej (2,8%) (1, 2)*; Liga margarin; Molnárka (1, 2, 3)*;	szibarack, víz;	Natur csirkemell (szelet) (1)*; Alma-céklaf zelék (1, 2)*; Burgonya püré (2)*;	Csipkebogyótea; Zöldf szeres halpástétom 'Tej-, Tojás-, Lisztmentes' (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=253,01kcal FH=8,03g ZS=9,55g SZH=33,16g CK=20,62g SÓ=0,47g TZS=5,02g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=415,80kcal FH=21,45g ZS=9,17g SZH=58,18g CK=15,64g SÓ=0,23g TZS=2,03g	EN=170,30kcal FH=5,25g ZS=5,05g SZH=25,37g CK=5,31g SÓ=0,76g TZS=0,78g
KEDD 2024.07.02.	Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;	Banán, víz;	Sertéshús vagdalt (1, 3)*; Sóska felék (1, 2)*; F tt burgonya 1/2;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Tejes fonottka (1, 2)*;
	EN=246,96kcal FH=12,13g ZS=7,38g SZH=32,60g CK=9,72g SÓ=0,76g TZS=3,44g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=357,89kcal FH=16,00g ZS=12,68g SZH=40,77g CK=7,61g SÓ=0,35g TZS=1,86g	EN=184,75kcal FH=7,17g ZS=8,08g SZH=20,50g CK=7,00g SÓ=0,48g TZS=4,55g
SZERDA 2024.07.03.	Tej (2,8%) (2)*; Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Sajtgomba (1, 2, 3)*; Brokkoli felék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2 (2)*;	Gyümölcstea (gyermek); Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=260,80kcal FH=13,06g ZS=9,05g SZH=31,49g CK=9,77g SÓ=1,28g TZS=4,04g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=378,23kcal FH=20,48g ZS=15,10g SZH=36,27g CK=4,66g SÓ=0,85g TZS=6,96g	EN=167,60kcal FH=5,48g ZS=3,96g SZH=26,92g CK=5,28g SÓ=1,18g TZS=2,41g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.04.	Kakaó (2, 4)*; Teavaj (2)*; Zsemle (1)*;	Sárgadinnye, víz;	Natur pulykamellfilé (1)*; Tejszínes vegyesgyümölcs mártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Csipkebogyótea; Lapkasajt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=277,54kcal FH=8,32g ZS=14,23g SZH=28,65g CK=14,28g SÓ=0,53g TZS=9,36g	EN=36,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=9,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=386,99kcal FH=19,84g ZS=6,50g SZH=60,43g CK=17,92g SÓ=0,18g TZS=1,03g	EN=230,75kcal FH=10,51g ZS=8,18g SZH=28,35g CK=5,61g SÓ=1,14g TZS=4,39g
PÉNTEK 2024.07.05.	Tej (2,8%) (2)*; Sertéshúskrém házi; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Alma, víz;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Tavaszi csirkemájragu (1)*; Reszelt sajt (2)*; Párolt rizs; Káposztasaláta;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=261,43kcal FH=13,77g ZS=10,43g SZH=27,86g CK=9,71g SÓ=0,79g TZS=3,56g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=355,48kcal FH=19,27g ZS=11,41g SZH=60,94g CK=6,36g SÓ=0,41g TZS=2,86g	EN=217,80kcal FH=8,71g ZS=7,80g SZH=28,29g CK=6,57g SÓ=0,79g TZS=4,24g

**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:**

**Bölcsöde 'Kisded'**

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=Rákkéfék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatésűek  
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"**

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.08.	Tej (2,8%) (2)*; Csibemájkrém házi; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	szibarack, víz;	Túrós sertés vagdalt (1, 2, 3)*; Salátaf zelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Csipkebogyótea; F tt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=253,80kcal FH=12,55g ZS=10,11g SZH=28,13g CK=9,67g SÓ=0,79g TZS=3,56g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=375,08kcal FH=15,66g ZS=16,20g SZH=38,80g CK=6,26g SÓ=0,32g TZS=2,00g	EN=192,98kcal FH=6,48g ZS=4,67g SZH=29,20g CK=5,70g SÓ=0,72g TZS=1,32g
KEDD 2024.07.09.	Tejeskávé (1, 2)*; Sonkakrém házi; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Szárnyasraguleves (1)*; Meggyes kevert süti (1, 2, 3, 5, 11)*;	Gyümölcsstea (gyermek); Sajtkrém (2, 5)*; Dió szórát (6)*; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN=273,91kcal FH=13,10g ZS=8,06g SZH=36,86g CK=14,75g SÓ=1,24g TZS=3,74g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=451,40kcal FH=16,75g ZS=16,39g SZH=57,73g CK=27,00g SÓ=0,22g TZS=1,01g	EN=150,91kcal FH=4,25g ZS=4,33g SZH=22,62g CK=5,12g SÓ=0,67g TZS=2,00g
SZERDA 2024.07.10.	Tej (2,8%) (2)*; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;	Alma, víz;	Halrudacska panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Zöldborsó f zelék (1, 2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=294,70kcal FH=9,90g ZS=14,23g SZH=31,98g CK=9,72g SÓ=0,77g TZS=1,14g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=379,17kcal FH=18,59g ZS=11,05g SZH=48,95g CK=14,30g SÓ=0,95g TZS=1,78g	EN=249,80kcal FH=7,73g ZS=6,40g SZH=39,79g CK=16,82g SÓ=0,87g TZS=3,39g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.11.	Tej (2,8%) (2)*; Pulykahúskrém házi; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sárgadinnye,víz;	Sertéspörkölt; Tökf zelék (1, 2)*; Alma, víz;	Csipkebogyótea; Sárgabaracklekvár; Teavaj (2)*; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=260,25kcal FH=14,66g ZS=10,18g SZH=27,32g CK=9,44g SÓ=0,78g TZS=3,56g	EN=36,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=9,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=318,87kcal FH=14,61g ZS=12,45g SZH=35,06g CK=9,97g SÓ=0,36g TZS=1,69g	EN=246,12kcal FH=3,21g ZS=11,13g SZH=32,51g CK=13,04g SÓ=0,29g TZS=7,14g
PÉNTEK 2024.07.12.	Tej (2,8%) (2)*; Tejfölös túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	szibarack, víz;	Rostos ivólé 100%-os alma; Rakott karfiol (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Lapkasajt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=250,40kcal FH=12,00g ZS=7,95g SZH=32,29g CK=9,72g SÓ=0,76g TZS=3,44g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=334,13kcal FH=16,94g ZS=11,67g SZH=41,91g CK=8,38g SÓ=0,30g TZS=1,16g	EN=233,15kcal FH=10,57g ZS=8,24g SZH=28,74g CK=5,61g SÓ=1,14g TZS=4,39g

**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:**

**Bölcsöde 'Kisded'**

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"**

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.15.	Tej (2,8%) (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sárgadinnye, víz;	Pincepörkölt (csirkemell, csirkemáj); Karalábé zselé (1, 2)*; Tört burgonya 1/2 (2)*;	Csipkebogyótea; Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=242,90kcal FH=9,99g ZS=8,20g SZH=32,09g CK=9,74g SÓ=0,80g TZS=3,44g	EN=36,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=9,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=348,48kcal FH=17,46g ZS=12,12g SZH=40,18g CK=14,01g SÓ=0,46g TZS=1,95g	EN=201,90kcal FH=9,13g ZS=7,06g SZH=24,94g CK=5,33g SÓ=0,96g TZS=3,76g
KEDD 2024.07.16.	Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes csibehúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Sajtgomba (1, 2, 3)*; Ínyenc zöldség zselé (1, 2, 5)*;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Zsemle (1)*;
	EN=272,74kcal FH=14,89g ZS=9,09g SZH=32,63g CK=9,80g SÓ=0,78g TZS=3,44g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=364,26kcal FH=18,29g ZS=16,24g SZH=34,49g CK=5,33g SÓ=0,70g TZS=6,84g	EN=181,22kcal FH=7,27g ZS=7,67g SZH=20,39g CK=6,13g SÓ=0,55g TZS=4,36g
SZERDA 2024.07.17.	Tej (2,8%) (2)*; Vaníliástúró (1, 2, 13)*; Zsemle (1)*;	szibarack, víz;	Csibevagdalt (1, 3)*; Almamártás tejszínes (1, 2)*; Burgonya püré (2)*;	Gyümölcstea (gyermek); Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'; Liga margarin; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Kígyóborka;
	EN=219,81kcal FH=10,56g ZS=7,81g SZH=25,88g CK=10,77g SÓ=0,52g TZS=3,56g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=425,11kcal FH=16,95g ZS=11,10g SZH=59,94g CK=21,21g SÓ=0,30g TZS=2,03g	EN=165,95kcal FH=5,43g ZS=4,98g SZH=24,45g CK=5,42g SÓ=0,94g TZS=1,66g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.18.	Karamellástej (2)*; Teavaj (2)*; Tejes fonottka (1, 2)*;	Alma, víz;	Rostos ivólé 100%-os alma; Rakott sárgarépa sajtszórattal (1, 2, 6)*;	Gyümölcstea (gyermek); Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=278,05kcal FH=8,06g ZS=14,47g SZH=28,68g CK=15,15g SÓ=0,46g TZS=9,45g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=331,68kcal FH=16,34g ZS=8,51g SZH=48,14g CK=11,55g SÓ=0,47g TZS=1,26g	EN=219,10kcal FH=9,21g ZS=7,06g SZH=29,14g CK=5,61g SÓ=0,96g TZS=3,64g
PÉNTEK 2024.07.19.	Tej (2,8%) (2)*; Tojáskrém (3)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;	szibarack, víz;	Natur csirkemell (szelet) (1)*; Parajf zselé (1, 2)*; F tt burgonya 1/2;	Gyümölcstea (gyermek); Méz; Teavaj (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=253,28kcal FH=12,34g ZS=9,29g SZH=28,32g CK=9,55g SÓ=0,88g TZS=4,54g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=331,08kcal FH=19,10g ZS=14,48g SZH=29,68g CK=6,30g SÓ=0,23g TZS=2,15g	EN=199,35kcal FH=2,12g ZS=10,15g SZH=24,71g CK=11,62g SÓ=0,20g TZS=6,72g

**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:**

**Bölcsöde 'Kisded'**

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"**

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.22.	Tej (2,8%) (2)*; Zöldb szerez halpástétom 'Tej-, Tojás-, Lisztmentes' (9)*; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;	Alma, víz;	Sajtos csibevagdalt (1, 2, 3)*; Alma-zellerf zelék (1, 2, 5)*; Tört burgonya 1/2 (2)*;	Gyümölcstea (gyermek); Dió szórát (6)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=272,50kcal FH=11,17g ZS=10,59g SZH=32,83g CK=9,75g SÓ=0,96g TZS=4,05g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=386,52kcal FH=17,05g ZS=14,29g SZH=44,39g CK=14,53g SÓ=0,34g TZS=2,77g	EN=164,28kcal FH=5,25g ZS=4,38g SZH=25,42g CK=5,28g SÓ=0,91g TZS=2,00g
KEDD 2024.07.23.	Kakaó (2, 4)*; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;	szibarack, víz;	Rántott csirkemell (tepsis) (1, 3)*; Meggymártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=285,02kcal FH=9,25g ZS=10,69g SZH=37,06g CK=18,05g SÓ=0,56g TZS=5,54g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=360,96kcal FH=19,07g ZS=7,27g SZH=52,07g CK=20,98g SÓ=0,25g TZS=1,06g	EN=196,05kcal FH=9,20g ZS=4,67g SZH=28,77g CK=5,56g SÓ=0,58g TZS=0,04g
SZERDA 2024.07.24.	Tej (2,8%) (2)*; Tejfölös túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sárgadinnye,víz;	Pritaminos halpogácsa (tepsis) (1, 3, 9)*; Paradicsom mártás (1, 5)*; F tt burgonya 1/2; Alma, víz;	Gyümölcstea (gyermek); Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=250,40kcal FH=12,00g ZS=7,95g SZH=32,29g CK=9,72g SÓ=0,76g TZS=3,44g	EN=36,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=9,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=360,04kcal FH=13,41g ZS=11,00g SZH=49,40g CK=11,31g SÓ=0,92g TZS=1,32g	EN=166,80kcal FH=5,55g ZS=2,72g SZH=29,55g CK=5,61g SÓ=1,02g TZS=0,74g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.25.	Tej (2,8%) (2)*; F tt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Alma, víz;	Gulyásleves csirkehússal (1)*; Stirii metélt (1, 2, 3)*;	Csipkebogyótea; Csirkemájaskrém 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=256,28kcal FH=12,01g ZS=10,21g SZH=27,45g CK=9,58g SÓ=0,92g TZS=4,83g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=423,31kcal FH=20,15g ZS=15,16g SZH=49,44g CK=9,65g SÓ=0,23g TZS=1,14g	EN=177,00kcal FH=5,71g ZS=3,77g SZH=29,42g CK=5,56g SÓ=0,76g TZS=0,86g
PÉNTEK 2024.07.26.	Vaníliástej (2,8%) (1, 2)*; Teavaj (2)*; Tejes fonottka (1, 2)*;	szibarack, víz;	Zabpelyhes pulykahúspogácsa (tepsis) (1, 2, 3, 6)*; Kelkáposzta f zelék (1)*;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Kifli (1, 2)*; Kígyóuborka;
	EN=293,61kcal FH=8,06g ZS=14,47g SZH=32,57g CK=19,04g SÓ=0,46g TZS=9,45g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=350,65kcal FH=16,03g ZS=12,56g SZH=40,29g CK=0,19g SÓ=0,25g TZS=0,98g	EN=178,03kcal FH=7,21g ZS=8,01g SZH=18,94g CK=6,87g SÓ=0,47g TZS=4,50g

**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:**

**Bölcsoede 'Kised'**

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=Csillagfürt; 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"**

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.29.	Tej (2,8%) (2)*; Natúr vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Alma, víz;	Besameles sajtos csirkevagdalt (1, 2, 3)*; Süt tökf zelék (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Brokkolis cs.húskrém; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=225,70kcal FH=9,91g ZS=8,20g SZH=27,89g CK=9,46g SÓ=0,80g TZS=3,56g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=404,29kcal FH=18,07g ZS=14,36g SZH=47,78g CK=15,41g SÓ=0,72g TZS=3,43g	EN=162,55kcal FH=7,80g ZS=1,34g SZH=29,07g CK=5,89g SÓ=0,59g TZS=0,04g
KEDD 2024.07.30.	Tej (2,8%) (2)*; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	szibarack, víz;	Sajtgomba (1, 2, 3)*; Magyaros burgonyaf zelék (1, 2)*; Alma, víz;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Liga margarin; Kifli (1, 2)*;
	EN=257,70kcal FH=12,40g ZS=8,06g SZH=33,35g CK=9,72g SÓ=0,76g TZS=3,45g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=430,89kcal FH=17,37g ZS=13,35g SZH=55,40g CK=0,20g SÓ=0,72g TZS=5,79g	EN=206,43kcal FH=5,93g ZS=6,58g SZH=29,93g CK=17,12g SÓ=0,55g TZS=3,65g
SZERDA 2024.07.31.	Tej (2,8%) (2)*; Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sárgadinnye, víz;	Rostos ivólé 100% szibarack; Bazsalikomos csirkemell; Petrezselymes rizs; Uborkasaláta;	Csipkebogyótea; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=282,40kcal FH=14,73g ZS=12,60g SZH=27,39g CK=9,49g SÓ=1,16g TZS=7,16g	EN=36,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=9,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=282,35kcal FH=16,62g ZS=7,28g SZH=54,53g CK=5,50g SÓ=0,19g TZS=0,70g	EN=209,70kcal FH=4,06g ZS=8,69g SZH=28,72g CK=5,56g SÓ=0,57g TZS=5,74g
CSÜTÖRTÖK 2024.08.01.	Tej (2,8%) (2)*; Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Sült csirkemell; Tejszínes szibarackmártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Kifli (1, 2)*; Kígyóuborka;
	EN=247,30kcal FH=11,15g ZS=8,26g SZH=32,00g CK=9,77g SÓ=1,22g TZS=4,14g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=385,91kcal FH=21,83g ZS=6,42g SZH=59,08g CK=17,37g SÓ=0,19g TZS=1,13g	EN=178,03kcal FH=7,21g ZS=8,01g SZH=18,94g CK=6,87g SÓ=0,47g TZS=4,50g
PÉNTEK 2024.08.02.	Tejeskávé (1, 2)*; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	szibarack, víz;	Stefánia vagdalt (1, 3)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=296,01kcal FH=9,58g ZS=14,21g SZH=32,67g CK=14,44g SÓ=0,77g TZS=9,26g	EN=28,70kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,30g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=309,53kcal FH=16,88g ZS=11,89g SZH=30,68g CK=6,06g SÓ=0,49g TZS=1,85g	EN=202,80kcal FH=5,61g ZS=5,96g SZH=31,17g CK=5,61g SÓ=1,26g TZS=2,89g

**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:**

**Bölcsöde 'Kisded'**

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: Bölcsöde 'Kisded'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Alma, víz</b> Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Alma-céklaf zselé</b> Összetétel: Fagy. alma, Fagy. cékla, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '2,8%'	178,36kcal	4,95g	1,76g	34,43g	13,80g	0,10g	0,85g
<b>Alma-zellerf zselé</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	191,64kcal	4,59g	5,51g	29,79g	13,72g	0,13g	1,28g
<b>Almanártás tejszínes</b> Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	156,24kcal	2,91g	1,34g	31,85g	18,92g	0,07g	0,62g
<b>Banán, víz</b> Összetétel: Banán	84,00kcal	1,04g	0,00g	19,36g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Bazsalikomos csirkemell</b> Összetétel: Bazsalikom, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma	100,37kcal	12,24g	5,10g	1,16g	0,34g	0,12g	0,50g
<b>Besamelés sajtos csirkevagdalt</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tojásle, Trappista sajt	205,81kcal	13,41g	9,89g	14,46g	1,11g	0,50g	2,23g
<b>Brokkoli zselé</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	175,20kcal	8,16g	5,76g	20,64g	4,17g	0,24g	1,30g
<b>Brokkolis cs.húskrém</b> Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma	27,58kcal	3,84g	0,91g	0,77g	0,33g	0,03g	0,00g
<b>Burgonya püré</b> Összetétel: Burgonya, Liga margarin 70%, Só 'jódozott', főzővíz', Tej '2,8%'	133,20kcal	3,95g	2,29g	22,08g	1,84g	0,05g	0,68g
<b>Burgonya püré 1/2</b> Összetétel: Burgonya, Liga margarin 70%, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'	67,10kcal	1,88g	0,95g	11,62g	0,58g	0,02g	0,21g
<b>Csibemájkrémházi</b> Összetétel: Csirkemáj, Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Só 'jódozott', Vöröshagyma	52,20kcal	3,08g	4,11g	0,89g	0,23g	0,03g	0,00g
<b>Csibevagdalt</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tojásle, Vöröshagyma	135,66kcal	10,09g	7,47g	6,01g	0,45g	0,18g	0,74g
<b>Csipkebogyótea</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,55g	5,04g	0,00g	0,00g
<b>Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'</b> Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	30,15kcal	1,50g	2,55g	0,30g	0,09g	0,30g	0,90g
<b>Csirkemájskrém'Tej-, Szója-, Lisztmentes'</b> Összetétel: Csirke májaskrém 30g	39,60kcal	1,70g	3,29g	0,74g	0,00g	0,20g	0,83g
<b>Dió szórát</b> Összetétel: Dióbél	13,08kcal	0,37g	1,14g	0,23g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Félbarna kenyér</b> Összetétel: Félbarna kenyér	106,80kcal	3,56g	0,40g	22,24g	0,52g	0,56g	0,04g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Finomfonott kalács</b> Összetétel: Fonott kalács	132,00kcal	3,04g	2,92g	22,72g	3,80g	0,28g	1,44g
<b>Főtt burgonya 1/2</b> Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,25g	0,15g	9,20g	0,00g	0,01g	0,00g
<b>Főtt tojás 1/2</b> Összetétel: Tojás főzött, tisztított	36,68kcal	2,48g	2,21g	0,16g	0,09g	0,08g	0,68g
<b>Főtt tojás 1/2</b> Összetétel: Tojás főzött, tisztított	36,68kcal	2,48g	2,21g	0,16g	0,09g	0,08g	0,68g
<b>Gulyásleves csirkehússal</b> Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes eperkocka tészta, Vöröshagyma	175,03kcal	8,91g	7,45g	16,69g	1,23g	0,16g	0,64g
<b>Gyümölcsös krémjoghurt</b> Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
<b>Gyümölcs tea (gyermek)</b> Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,55g	5,04g	0,00g	0,00g
<b>Halrudacska panírozott</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. Halrudacska panírozott	142,09kcal	7,44g	6,62g	12,84g	0,00g	0,77g	0,58g
<b>Házi körözött</b> Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Tejföl '12%'	32,90kcal	2,48g	1,97g	1,01g	0,00g	0,00g	0,01g
<b>Ínyenc zöldségfélék</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínyenc zöldség keverék, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	213,83kcal	7,53g	7,33g	28,53g	5,30g	0,10g	1,35g
<b>Kakaó</b> Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'	135,02kcal	6,16g	5,77g	14,29g	14,20g	0,20g	3,50g
<b>Káposztasaláta</b> Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	22,79kcal	0,64g	0,08g	4,81g	2,50g	0,05g	0,00g
<b>Karalábé zselé</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karalábé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	203,49kcal	4,99g	7,33g	28,33g	13,14g	0,28g	1,47g
<b>Karamellás tej</b> Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'	132,00kcal	6,00g	5,60g	14,20g	14,20g	0,20g	3,40g
<b>Kelkáposzta félék</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Só 'jódozott'	225,21kcal	6,20g	5,33g	36,16g	0,00g	0,12g	0,50g
<b>Kifli</b> Összetétel: Kifli 43g	63,43kcal	1,76g	0,58g	12,38g	0,82g	0,24g	0,30g
<b>Kígyóborka</b> Összetétel: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Kockasajt</b> Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisdéd'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,75kcal	6,50g	5,75g	0,00g	0,00g	0,50g	3,75g
Liga margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Magyaros burgonyafelék Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	258,76kcal	6,32g	4,44g	44,53g	0,17g	0,13g	0,30g
Meggyes kevert süti Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Liga margarin 70%, Sütőpor, Száritott citromhéj, Tej '2,8%', Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	319,46kcal	5,06g	12,32g	46,08g	24,76g	0,06g	0,66g
Meggy mártás Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '2,8%'	143,14kcal	2,85g	0,56g	30,88g	20,26g	0,06g	0,17g
Méz Összetétel: Miniméz 20g	15,00kcal	0,00g	0,00g	4,12g	4,11g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	87,45kcal	1,98g	1,95g	15,02g	2,48g	0,19g	1,02g
Natur csirkemell (szelet) Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Vöröshagyma	104,23kcal	12,55g	5,12g	1,66g	0,00g	0,07g	0,50g
Natur joghurt Összetétel: Natur joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Natur pulykamellfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Pulykamell filé, Só 'jódozott'	84,57kcal	13,15g	2,64g	1,61g	0,00g	0,05g	0,10g
Natur vajkrém Összetétel: Natur vajkrém	24,10kcal	0,43g	2,20g	0,65g	0,03g	0,04g	0,00g
szibarack, víz Összetétel: Ósziparack	28,70kcal	0,49g	0,00g	6,30g	0,00g	0,00g	0,00g
Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes' Összetétel: Pápai sonka	24,00kcal	3,45g	1,05g	0,00g	0,00g	0,44g	0,00g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsommártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	168,29kcal	3,45g	5,00g	26,93g	10,67g	0,11g	0,53g
Parajf felék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	179,86kcal	5,31g	9,21g	18,82g	6,30g	0,15g	1,65g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizs 'A', Só 'jódozott', főzővíz', Vöröshagyma	155,57kcal	3,87g	2,02g	47,71g	0,17g	0,02g	0,20g
Petrezselymes csibehúskrémházi Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	47,94kcal	4,97g	3,00g	0,29g	0,08g	0,02g	0,00g



# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisdéd'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Petrezselymes rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', főzővíz', Vöröshagyma	155,08kcal	3,87g	2,02g	47,54g	0,08g	0,02g	0,20g
<b>Petrezselymes túró</b> Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Pincepörkölt (csirkemell, csirkemáj)</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	92,40kcal	10,93g	4,36g	2,19g	0,41g	0,17g	0,31g
<b>Pírtott dara</b> Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	148,82kcal	3,57g	2,22g	27,89g	0,00g	0,05g	0,20g
<b>Pritaminos halpogácsa (topsis)</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	123,05kcal	8,44g	5,85g	8,37g	0,65g	0,80g	0,79g
<b>Pulykahúskrémházi</b> Összetétel: Liga margarin 70%, Pulykamell filé, Só 'jódozott'	58,68kcal	5,18g	4,18g	0,08g	0,00g	0,02g	0,00g
<b>Rakott karfiol</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Vöröshagyma	320,13kcal	16,82g	11,55g	38,75g	5,30g	0,30g	1,16g
<b>Rakott sárgarépa sajtszóráttal</b> Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma	317,68kcal	16,22g	8,39g	44,98g	8,47g	0,47g	1,26g
<b>Rántott csirkemell (topsis)</b> Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Tojáslé	150,72kcal	14,34g	5,76g	9,57g	0,14g	0,17g	0,68g
<b>Reszelt sajt</b> Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
<b>Rostos ivólé 100% szibarack</b> Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,12g	0,12g	3,16g	3,08g	0,00g	0,00g
<b>Rostos ivólé 100%-os alma</b> Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,12g	0,12g	3,16g	3,08g	0,00g	0,00g
<b>Rostos ivólé 100%-os narancs</b> Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,12g	0,12g	3,16g	3,08g	0,00g	0,00g
<b>Sajtgombó</b> Összetétel: Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojáslé, Trappista sajt	150,43kcal	10,76g	8,91g	5,97g	0,03g	0,60g	5,49g
<b>Sajtkrém</b> Összetétel: Natúr sajtkrém	37,00kcal	1,30g	2,84g	1,60g	0,00g	0,35g	1,84g
<b>Sajtos csibevagdalt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Félegyházi morzsa, Felső csirkemell filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Trappista sajt, Vöröshagyma	142,28kcal	10,92g	8,35g	4,94g	0,35g	0,20g	1,32g
<b>Salátá felék</b> Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fejes saláta, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	154,84kcal	3,35g	5,67g	21,82g	5,38g	0,13g	1,01g
<b>Sárgabaracklekvár</b> Összetétel: Sárgabarack lekvár	17,22kcal	0,03g	0,01g	4,21g	4,20g	0,01g	0,00g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisdéd'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sárgadinnye, víz Összetétel: Sárgadinnye	36,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sertés hús vagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	133,66kcal	8,90g	8,13g	5,32g	0,31g	0,20g	0,71g
Sertés hús krémházi Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,83kcal	4,29g	4,43g	0,62g	0,27g	0,03g	0,00g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Natúr 30%-os lecsó, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	103,85kcal	8,59g	6,96g	1,21g	0,34g	0,19g	0,41g
Sonka krémházi Összetétel: Liga margarin, Pápai sonka	33,00kcal	3,48g	2,05g	0,03g	0,03g	0,48g	0,30g
Sóska f. zselé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sóska, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	177,23kcal	5,85g	4,40g	26,24g	7,30g	0,15g	1,15g
Szíriai metélt Összetétel: Citromlé 40%, Félzsiros tehéntúró, Kristálycukor, Liga margarin 70%, Puding por, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojásfehérje lé, Tojásmentes metélt tészta, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	248,29kcal	11,24g	7,71g	32,75g	8,42g	0,07g	0,50g
Süt. tökf. zselé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	198,48kcal	4,67g	4,47g	33,32g	14,30g	0,22g	1,20g
Szárnyasraguleves Összetétel: Csirkemáj, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes eperszalag tészta, Vöröshagyma	131,94kcal	11,69g	4,07g	11,65g	2,24g	0,17g	0,35g
Tauris Toast sonka all. mentes Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	10,50kcal	1,55g	0,26g	0,51g	0,00g	0,38g	0,10g
Tavaszi csirkemájragu Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma	116,02kcal	10,74g	5,74g	5,18g	0,61g	0,11g	0,41g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej (2,8%) Összetétel: Tej '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g
Tejes fonottka Összetétel: Fonottka 50g	73,75kcal	2,03g	0,68g	14,45g	0,95g	0,25g	0,35g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	134,11kcal	6,06g	5,61g	14,60g	14,20g	0,20g	3,40g
Tejfölös túró Összetétel: Félzsiros tehéntúró, Tejföl '12%'	31,60kcal	2,44g	1,95g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
Tejszínes vegyesgyümölcs mártás Összetétel: Fagy. alma, Fagy. őszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	153,60kcal	3,12g	1,64g	30,93g	17,92g	0,08g	0,73g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	89,60kcal	3,48g	0,40g	18,04g	0,24g	0,56g	0,16g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded'

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Tojáskrém</b> Összetétel: Delma margarin, Tojás főzött, tisztított	45,68kcal	2,50g	3,21g	0,18g	0,12g	0,12g	0,98g
<b>Tökf zelék</b> Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kapor, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	193,32kcal	5,74g	5,48g	28,95g	9,63g	0,17g	1,29g
<b>Törtburgonya 1/2</b> Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'	52,60kcal	1,55g	0,43g	9,66g	0,46g	0,01g	0,17g
<b>Trappistasajt szelet</b> Összetétel: Trappista sajt	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,32g	3,00g
<b>Túrós sertés vagdalt</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Félzsiros tehéntúró, Fokhagyma, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	153,14kcal	10,44g	9,58g	5,37g	0,31g	0,17g	0,78g
<b>Uborkasaláta</b> Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	12,89kcal	0,40g	0,04g	2,68g	2,00g	0,04g	0,00g
<b>Vaníliás tej (2,8%)</b> Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%', Vaníliás cukor	147,56kcal	6,00g	5,60g	18,09g	18,09g	0,20g	3,40g
<b>Vaníliás túró</b> Összetétel: Félzsiros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	37,58kcal	2,44g	1,95g	2,35g	1,50g	0,00g	0,00g
<b>Zabpelyhes pulykahús pogácsa (tepsis)</b> Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma, Zabpehely	125,43kcal	9,82g	7,23g	4,13g	0,19g	0,13g	0,48g
<b>Zöldborsóf zelék</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	237,08kcal	11,15g	4,43g	36,11g	14,30g	0,18g	1,20g
<b>Zöldfűszeres napastétó (Tej-, Tojás-, Lisztmentes)</b> Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétó	50,10kcal	1,31g	4,56g	0,89g	0,03g	0,20g	0,62g
<b>Zöldpaprika</b> Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Zsemle</b> Összetétel: Vizes zsemle 53g	70,23kcal	2,12g	0,27g	14,34g	0,08g	0,32g	0,16g