

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2023.12.04.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Diákszemegye szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;	Fokhagymakrémléves (1, 2, 3, 5, 6)*; Sertéspörkölt (1)*; Galuska (1, 3)*;	Lapkasajt (2)*; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Sült virsli (1, 2, 3, 4)*; Lencsefőzelék (1, 2, 5, 11)*;
	EN-332,60kcal FH-9,53g ZS-12,50g SZH-44,98g CK-9,99g SO-1,74g Tzs-4,58g	EN-224,00kcal FH-9,10g ZS-5,25g SZH-34,30g CK-1,80g SO-0,34g Tzs-0,07g	EN-863,34kcal FH-48,86g ZS-39,86g SZH-119,66g CK-2,71g SO-1,31g Tzs-1,48g	EN-292,00kcal FH-17,90g ZS-12,25g SZH-26,75g CK-0,39g SO-1,60g Tzs-7,85g	EN-591,71kcal FH-29,35g ZS-26,87g SZH-55,79g CK-5,65g SO-1,84g Tzs-6,22g
KEDD 2023.12.05.	Főzött kakaó (2, 4)*; Liga Margarín; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Zöldfűszeres hampástétom (9)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Mustáros sertéskaraj sajtval (1, 2, 5, 11)*; Hagymás burgonya;	Sajt (2)*; Liga Margarín; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Sírfai metélt (1, 2, 3, 4, 13)*;
	EN-408,71kcal FH-13,43g ZS-11,60g SZH-61,38g CK-29,83g SO-0,81g Tzs-5,74g	EN-224,70kcal FH-6,91g ZS-9,72g SZH-25,52g CK-0,41g SO-0,34g Tzs-1,53g	EN-794,97kcal FH-38,64g ZS-33,84g SZH-76,43g CK-2,74g SO-1,99g Tzs-6,55g	EN-318,10kcal FH-16,90g ZS-11,90g SZH-36,62g CK-0,84g SO-1,74g Tzs-6,79g	EN-610,92kcal FH-22,84g ZS-15,51g SZH-33,55g CK-34,42g SO-0,37g Tzs-3,14g
SZERDA 2023.12.06.	Erdei gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarín; Félbarna kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Málgalskáleves (1, 3, 5)*; Mediterán csirkepapó (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Paróit rizs (5)*; Banán; Csokoládé Milklás (2, 6, 8)*;	Kefir (2)*; Rozsos párna (1, 12)*;	Büki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Tarhonya (1)*;
	EN-300,90kcal FH-10,28g ZS-9,40g SZH-43,48g CK-10,08g SO-1,74g Tzs-3,18g	EN-236,90kcal FH-9,07g ZS-7,85g SZH-32,56g CK-0,38g SO-1,72g Tzs-4,84g	EN-1462,36kcal FH-46,64g ZS-56,00g SZH-200,49g CK-8,81g SO-1,73g Tzs-2,06g	EN-259,68kcal FH-9,73g ZS-7,99g SZH-36,16g CK-6,15g SO-0,77g Tzs-3,95g	EN-645,43kcal FH-25,48g ZS-30,70g SZH-64,43g CK-4,38g SO-0,79g Tzs-1,50g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.07.	Tej (2)*; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Sonkás krém 50g Eurofood Hídegcs; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	Meggyléves (1, 2)*; Bakonyi tokány (1, 2)*; Szarvacska tészta (1)*;	Joghurt (2)*; Fonottka (1, 2)*; Alma;	Bogdányi sertésrakovas (1, 2, 4, 5)*;
	EN-387,40kcal FH-17,44g ZS-14,10g SZH-47,77g CK-13,05g SO-2,04g Tzs-6,48g	EN-285,50kcal FH-8,90g ZS-15,90g SZH-24,80g CK-0,35g SO-1,34g Tzs-6,15g	EN-795,70kcal FH-26,78g ZS-31,91g SZH-97,39g CK-27,87g SO-0,76g Tzs-1,82g	EN-277,70kcal FH-9,63g ZS-6,75g SZH-43,30g CK-7,90g SO-0,65g Tzs-4,30g	EN-614,72kcal FH-22,75g ZS-28,42g SZH-59,93g CK-0,25g SO-0,79g Tzs-2,41g
PÉNTEK 2023.12.08.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kgyőuborka;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Céklasaláta (6, 15)*;	Zöldfűszeres hampástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Lapkasajt 2 db (2)*; Liga Margarín; Zsemle (1)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN-238,73kcal FH-11,71g ZS-3,87g SZH-38,73g CK-9,44g SO-0,38g Tzs-0,24g	EN-238,80kcal FH-10,88g ZS-9,80g SZH-27,84g CK-0,62g SO-1,82g Tzs-3,38g	EN-804,18kcal FH-35,80g ZS-32,29g SZH-89,25g CK-3,29g SO-2,85g Tzs-0,83g	EN-260,40kcal FH-7,95g ZS-9,72g SZH-35,13g CK-0,84g SO-1,23g Tzs-1,29g	EN-465,20kcal FH-22,02g ZS-14,96g SZH-65,81g CK-0,38g SO-2,37g Tzs-8,86g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDEGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertészvárosi út 4. Tel: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
Kiug

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂; Tzs=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék;
mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Fakélek; 11=Műstár; 12=Szénhidrát; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszor; 16=Puhítószer
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	Vacsora
Zoldtea-citrusos; Sajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Diákcsemege szálami; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Mexikói ragu (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;	Brós (1, 2, 3)*; Körte;	Kelkáposzta főzelék (1, 5)*; Sertésragadt (1, 3, 5)*;
2023.12.11.	2023.12.11.	2023.12.11.	2023.12.11.	2023.12.11.
EN-346 50kcal FH=15 48g ZS=11 80g SZH=44 09g CK=9 88g SO=1 74g TZS=6 78g	EN-247 50kcal FH=7 98g ZS=12 40g SZH=24 41g CK=0 51g SO=1 50g TZS=4 87g	EN-764 77kcal FH=29 35g ZS=18 81g SZH=109 05g CK=29 68g SO=1 12g TZS=2 58g	EN-336 80kcal FH=6 01g ZS=5 25g SZH=64 52g CK=16 45g SO=0 49g TZS=2 59g	EN-569 61kcal FH=25 57g ZS=27 86g SZH=50 05g CK=1 41g SO=0 98g TZS=0 83g
Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Kgyődborka;	Kockasajt (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Feljethab leves (1, 3, 5)*; Magyaros sült csirkemcomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Vegyes saláta;	Joghurt (2)*; Fatozskrili (1, 2, 3)*;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Mustár (11)*;
2023.12.12.	2023.12.12.	2023.12.12.	2023.12.12.	2023.12.12.
EN-304 65kcal FH=13 10g ZS=8 73g SZH=42 57g CK=22 24g SO=0 72g TZS=2 69g	EN-264 80kcal FH=8 90g ZS=7 60g SZH=39 72g CK=0 35g SO=2 08g TZS=4 74g	EN-770 85kcal FH=41 05g ZS=22 16g SZH=85 65g CK=13 73g SO=1 87g TZS=1 38g	EN-273 12kcal FH=9 48g ZS=8 99g SZH=37 46g CK=12 16g SO=0 55g TZS=5 42g	EN-514 48kcal FH=17 38g ZS=18 10g SZH=68 08g CK=9 69g SO=2 87g TZS=5 72g
Tejeskáv (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Rántott sajt mirelit (1, 2, 3)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*; Majonéz (3, 11)*;	Narancs; Fonotika (1, 2)*;	Gomba pórkölt (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*;
2023.12.13.	2023.12.13.	2023.12.13.	2023.12.13.	2023.12.13.
EN-285 65kcal FH=11 16g ZS=4 70g SZH=46 65g CK=22 24g SO=0 72g TZS=2 69g	EN-311 50kcal FH=18 29g ZS=14 50g SZH=27 12g CK=0 42g SO=1 94g TZS=8 46g	EN-807 40kcal FH=23 64g ZS=30 79g SZH=95 09g CK=5 45g SO=2 72g TZS=2 46g	EN-196 70kcal FH=4 77g ZS=1 35g SZH=39 10g CK=1 90g SO=0 50g TZS=0 70g	EN-391 80kcal FH=14 36g ZS=11 87g SZH=56 38g CK=3 74g SO=0 70g TZS=1 33g
Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halsaláton (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tápai legényfőgő leves (1, 2, 3, 5)*; Pozsonyi kocka (1, 2, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Alma;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Vegyes saláta;
2023.12.14.	2023.12.14.	2023.12.14.	2023.12.14.	2023.12.14.
EN-301 14kcal FH=11 00g ZS=9 80g SZH=43 19g CK=10 08g SO=1 82g TZS=3 18g	EN-235 20kcal FH=7 89g ZS=9 75g SZH=28 95g CK=0 42g SO=1 23g TZS=1 47g	EN-647 92kcal FH=29 51g ZS=22 09g SZH=130 13g CK=46 64g SO=0 96g TZS=2 64g	EN-270 90kcal FH=6 65g ZS=9 94g SZH=37 59g CK=1 28g SO=1 89g TZS=4 97g	EN-634 27kcal FH=29 40g ZS=24 77g SZH=67 12g CK=12 03g SO=1 00g TZS=1 72g
Citromos tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Sármayrasráguleves (1, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Dzsem (13)*; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Banán;
2023.12.15.	2023.12.15.	2023.12.15.	2023.12.15.	2023.12.15.
EN-317 94kcal FH=9 26g ZS=10 96g SZH=42 99g CK=9 95g SO=1 29g TZS=3 93g	EN-256 35kcal FH=10 40g ZS=9 83g SZH=31 45g CK=0 42g SO=1 61g TZS=3 44g	EN-819 60kcal FH=62 81g ZS=21 84g SZH=136 52g CK=5 30g SO=2 63g TZS=1 92g	EN-283 50kcal FH=8 90g ZS=15 90g SZH=24 30g CK=0 35g SO=1 34g TZS=6 10g	EN-664 95kcal FH=13 89g ZS=18 76g SZH=106 41g CK=18 32g SO=1 99g TZS=10 20g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertészegyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Klóg

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Fakéfék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfőszér; 16=Punatésűk

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	Vacsora
HÉTFŐ 2023.12.18.	Citromos tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alföldi leves (1, 3, 5)*; Pritaminos sajtlejtűt (1, 2, 3)*; Zöldborstófőzelék (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Túrós tészta lepetővel (1)*; Túrós (2)*; Tejtől (2)*;
	EN=323,14kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=42,47g CK=9,88g SO=1,78g TZS=4,98g	EN=253,20kcal FH=6,54g ZS=7,60g SZH=57,62g CK=0,78g SO=2,08g TZS=4,58g	EN=795,02kcal FH=38,31g ZS=20,81g SZH=108,34g CK=26,98g SO=6,97g TZS=9,72g	EN=258,15kcal FH=6,07g ZS=4,35g SZH=48,28g CK=0,78g SO=0,84g TZS=0,08g	EN=507,87kcal FH=24,44g ZS=19,76g SZH=56,47g CK=2,80g SO=0,48g TZS=2,55g
KEDD 2023.12.19.	Tej (2)*; Csokis croissant (1, 2)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Brokkolirémleves gyöngygyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Bacskaí rzseshús (5)*; Körte;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnáka (1, 2, 3)*;	Lecsós csirkeraqu (1)*; Kuszkus (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=372,60kcal FH=11,27g ZS=14,28g SZH=47,88g CK=11,75g SO=0,83g TZS=7,88g	EN=238,80kcal FH=10,88g ZS=9,80g SZH=27,84g CK=0,62g SO=1,82g TZS=3,36g	EN=773,86kcal FH=28,46g ZS=27,68g SZH=95,46g CK=2,43g SO=1,61g TZS=1,44g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SO=0,61g TZS=4,79g	EN=580,94kcal FH=28,85g ZS=16,88g SZH=75,04g CK=4,12g SO=1,64g TZS=1,58g
SZERDA 2023.12.20.	Csikkebogyó tea; Hází köözőt (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Jókai bableves (1, 2, 4, 5)*; Tanyasi sült csirkemell (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vajás fokhagymás törtbucnya (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Méz; Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Körte;	Finomfőzelék (1, 2)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*;
	EN=271,89kcal FH=12,01g ZS=3,97g SZH=46,10g CK=9,88g SO=0,98g TZS=0,08g	EN=260,40kcal FH=7,95g ZS=9,72g SZH=35,13g CK=0,84g SO=1,23g TZS=1,23g	EN=802,91kcal FH=52,32g ZS=24,13g SZH=86,94g CK=1,78g SO=1,81g TZS=2,28g	EN=280,75kcal FH=4,01g ZS=4,68g SZH=55,65g CK=18,05g SO=0,47g TZS=1,30g	EN=424,97kcal FH=16,12g ZS=16,08g SZH=50,54g CK=14,71g SO=2,03g TZS=4,43g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.21.	Tej (2)*; Sonkakrém (2)*; Zsemle (1)*;	Rozsos páma (1, 12)*; Barán;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Izes fánk (1, 2, 3)*; Szaloncukor (2, 6)*;	Joghurt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sajtós pogácsa (1, 2)*; Paradicsomos halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=308,35kcal FH=15,19g ZS=8,28g SZH=42,47g CK=12,07g SO=1,72g TZS=3,09g	EN=295,68kcal FH=6,49g ZS=2,74g SZH=59,50g CK=0,45g SO=0,62g TZS=0,50g	EN=800,82kcal FH=24,98g ZS=28,74g SZH=105,78g CK=37,13g SO=1,63g TZS=4,90g	EN=249,00kcal FH=10,38g ZS=8,40g SZH=33,12g CK=6,42g SO=1,08g TZS=4,56g	EN=535,75kcal FH=13,33g ZS=20,25g SZH=72,65g CK=2,95g SO=2,75g TZS=6,80g
PÉNTEK 2023.12.22.					

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Kiűg

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só; TZS=Tejfehérje; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Múslár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesfűszer; 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: Klúg

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.29.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma dobozos üdítő Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Almakompót Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Szegfűszeg	83,54kcal	0,28g	0,08g	19,75g	19,72g	0,00g	0,00g
Almaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	206,43kcal	2,62g	0,93g	45,29g	29,21g	0,06g	0,00g
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	222,30kcal	2,83g	1,67g	47,20g	28,24g	0,25g	0,28g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	558,48kcal	22,42g	34,32g	57,64g	0,63g	1,10g	1,12g
Bakonyi tokány Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	294,91kcal	15,08g	23,19g	4,43g	0,27g	0,44g	0,46g
Banán Összetétel: Banán	126,00kcal	1,56g	0,00g	29,04g	0,00g	0,00g	0,00g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bogdányi sertésrakottas Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%'	614,72kcal	22,75g	28,42g	59,93g	0,25g	0,73g	2,41g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Brokkolikrémleves gyöngyagylóval Összetétel: Burgonya, Étélizésítő 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
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő 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
Burgonyafőzelék Összetétel: 10%-os ételect, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	311,80kcal	7,51g	6,29g	51,83g	0,13g	0,36g	0,40g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	160,43kcal	3,90g	3,96g	20,31g	1,43g	0,98g	0,40g
Burgonyapüré 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
Bükkli aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	351,18kcal	16,85g	25,09g	12,19g	0,43g	0,42g	0,78g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.29.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csokis croissant Összetétel: Croissant kakaós krémmel 45g, Croissant kakaós krémmel 65g	262,60kcal	3,77g	10,53g	36,14g	0,00g	0,50g	5,40g
Csokoládé Mikulás Összetétel: Csokoládé	569,00kcal	2,00g	32,00g	64,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	212,82kcal	3,12g	1,83g	44,53g	25,45g	0,13g	0,83g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejtettbaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizestő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. fejtettbab, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tojásos kiskagylótészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	164,44kcal	6,19g	4,16g	24,46g	1,53g	0,50g	0,47g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizestő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. piratmin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	124,70kcal	9,81g	7,53g	6,13g	3,49g	3,16g	2,77g
Finomfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. finomfőzelék, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	259,34kcal	8,52g	4,52g	45,10g	14,71g	0,59g	1,03g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.29.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés sült Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Sertés fűszerkeverék, Sertés tarja, Só 'jódozott'	163,82kcal	20,02g	8,53g	0,60g	0,10g	0,36g	0,09g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy: pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	340,88kcal	18,20g	26,79g	4,37g	0,78g	0,46g	0,32g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizésítő 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
Sertésvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	370,40kcal	19,38g	24,40g	15,76g	1,00g	0,71g	0,51g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,45g	4,00g	2,05g	0,16g	0,76g	0,28g
Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs Összetétel: Sonkás májaskrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Spenót Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy: paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%	215,61kcal	9,00g	5,63g	32,04g	7,68g	0,43g	1,12g
Stíriai metélt Összetétel: Aro margarin, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Félzsiros tehéntúró, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mazsola, Porcukor, Puding por, Só 'jódozott', főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásfehérje lé, Tojásmentes metélt tészta, Tojásárgája lé, Vaníliás cukor	610,92kcal	22,85g	15,51g	93,55g	34,42g	0,37g	3,14g
Sült virsli Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Virsli Pulyka Gallicoop	221,30kcal	9,12g	19,69g	1,82g	0,30g	1,52g	5,71g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	256,33kcal	26,16g	12,19g	0,96g	0,03g	0,48g	0,40g
Szaloncukor Összetétel: Szaloncukor	39,80kcal	0,00g	0,00g	10,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Szárnyasraguleves Összetétel: Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy: gyökér, Fagy: karalábé, Fagy: sárgarépa, Fagy: zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kakukkfű, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	219,71kcal	21,80g	6,71g	16,81g	3,59g	0,50g	0,34g
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
Tanyasi sült csirkemell Összetétel: Csemege paprika, Csirkemell filé, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	182,29kcal	25,85g	4,81g	7,93g	0,20g	0,48g	0,41g
Tápai legényfogó leves Összetétel: Citromlé 40%, Csirkemáj, Étélizésítő 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	198,61kcal	16,87g	6,27g	17,68g	2,62g	0,72g	0,55g
Tarhonya Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	294,25kcal	8,62g	5,60g	52,24g	2,93g	0,37g	0,72g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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