

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2024.06.03.	Csokoládé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*; EN=239,91kcal FH=9,73g ZS=4,17g SZH=40,39g CK=10,89g SÓ=0,67g TZS=2,40g	Tárkonyos sertésragu leves (1, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; EN=540,79kcal FH=16,01g ZS=21,27g SZH=69,42g CK=19,12g SÓ=0,56g TZS=1,77g	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma; EN=212,54kcal FH=6,57g ZS=8,08g SZH=28,11g CK=0,38g SÓ=1,19g TZS=3,08g
<b>KEDD</b> 2024.06.04.	Meggyes gyümölcs Tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; EN=189,54kcal FH=6,43g ZS=5,65g SZH=28,02g CK=7,45g SÓ=1,11g TZS=1,98g	Tarhonyaleves (1, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma; EN=608,12kcal FH=21,12g ZS=24,49g SZH=70,88g CK=5,07g SÓ=0,50g TZS=1,94g	Sajtos szál (1, 2)*; EN=229,00kcal FH=4,00g ZS=14,80g SZH=19,35g CK=0,85g SÓ=0,99g TZS=7,45g
<b>SZERDA</b> 2024.06.05. Húsmentes nap	Limonádé; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; EN=226,25kcal FH=4,04g ZS=8,65g SZH=32,45g CK=7,91g SÓ=0,64g TZS=5,75g	Szárazbaleves (1, 5)*; Teiberisz (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*; EN=554,63kcal FH=20,57g ZS=7,35g SZH=112,83g CK=38,94g SÓ=0,84g TZS=3,07g	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; EN=194,80kcal FH=6,14g ZS=8,07g SZH=21,87g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,20g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2024.06.06.	Tejescskavé ízű tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; EN=275,80kcal FH=9,92g ZS=6,75g SZH=43,00g CK=13,69g SÓ=0,57g TZS=3,75g	Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Csó tészta (1)*; EN=583,96kcal FH=20,74g ZS=24,13g SZH=68,65g CK=4,58g SÓ=0,54g TZS=1,45g	Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom; EN=176,25kcal FH=6,63g ZS=4,23g SZH=27,84g CK=0,70g SÓ=1,11g TZS=0,21g
<b>PÉNTEK</b> 2024.06.07.	Erdői gyümölcs tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; EN=187,44kcal FH=5,99g ZS=4,71g SZH=30,07g CK=7,30g SÓ=1,16g TZS=2,94g	Málgalskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkapepró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma; EN=504,97kcal FH=29,58g ZS=14,48g SZH=79,41g CK=5,80g SÓ=0,67g TZS=1,05g	Lekvár; Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*; EN=251,10kcal FH=4,09g ZS=5,82g SZH=44,84g CK=19,99g SÓ=0,47g TZS=2,47g

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



**SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@sulli-host.hu

**Étlap név:**  
**Óvoda**

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=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Pinasztűk  
Ételünk az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.sulli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérheti az intézményben.

**Sulli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2024.06.10.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonotka (1, 2)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Alma betölti;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SO=0,73g TZS=3,45g	EN=585,50kcal FH=20,35g ZS=23,45g SZH=107,85g CK=11,41g SO=1,72g TZS=4,59g	EN=180,65kcal FH=6,30g ZS=5,31g SZH=26,80g CK=0,84g SO=1,07g TZS=2,00g
<b>KEDD</b> 2024.06.11.	Tej (2)*; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Fokhagymakrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Gesztyenyes párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;
	EN=260,10kcal FH=12,94g ZS=9,47g SZH=30,89g CK=9,70g SO=1,58g TZS=3,38g	EN=672,98kcal FH=23,77g ZS=26,24g SZH=89,53g CK=8,03g SO=1,10g TZS=3,29g	EN=169,00kcal FH=2,85g ZS=7,20g SZH=22,70g CK=0,10g SO=0,30g TZS=3,25g
<b>SZERDA</b> 2024.06.12.	Madártej ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Zöldségleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=294,12kcal FH=10,53g ZS=6,60g SZH=47,14g CK=15,38g SO=0,60g TZS=3,63g	EN=556,15kcal FH=21,02g ZS=22,42g SZH=76,17g CK=7,28g SO=3,00g TZS=0,65g	EN=141,20kcal FH=7,17g ZS=3,45g SZH=20,52g CK=0,40g SO=1,19g TZS=1,12g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2024.06.13.	Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Tápai legényfogyó leves (1, 2, 3, 5)*; Halrudacsokk panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=200,32kcal FH=7,71g ZS=2,18g SZH=36,99g CK=11,20g SO=0,63g TZS=0,04g	EN=560,82kcal FH=24,07g ZS=18,76g SZH=68,58g CK=3,11g SO=1,84g TZS=1,87g	EN=160,20kcal FH=6,76g ZS=5,85g SZH=20,70g CK=0,42g SO=1,15g TZS=1,98g
<b>PÉNTEK</b> 2024.06.14.	Limonádé; Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Felvidéki vegyes leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Borsostokány (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=217,10kcal FH=6,09g ZS=8,05g SZH=29,17g CK=7,64g SO=0,95g TZS=1,20g	EN=623,12kcal FH=22,38g ZS=28,12g SZH=59,73g CK=4,48g SO=1,82g TZS=1,28g	EN=197,00kcal FH=2,95g ZS=9,75g SZH=23,55g CK=0,20g SO=0,47g TZS=4,30g

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



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keresztényvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [menul@sull-host.hu](mailto:menul@sull-host.hu)

**Étlap név:**  
**Óvoda**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só; TZS=Telített zsír. Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; Szegedi ÖVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)) valamint a  
10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűk SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) hivatalos honlapján megtalálható. Székel  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. tájékoztatást helyben a tagvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.  
**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTFŐ</b> 2024.06.17.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Paradicsomleves betűszóval (1, 3, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Fomott kalács (1, 2, 3)*; Alma;
<b>KEDD</b> 2024.06.18.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Korianderes karfiolkrém leves (2, 5)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Pásztor bulgur csirkével, kolbásszal (1, 4, 5)*; Uborkasaláta;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Kifli (1, 2)*;
<b>SZERDA</b> 2024.06.19.	<b>Húsmentes nap</b>  Limonádé; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Pitaminos sajtefűjt (1, 2, 3)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2024.06.20.	EN-204,38kcal FH=7,03g ZS=5,84g SZH=28,17g CK=1,70g SÓ=0,89g TZS=2,02g  Tejbegríz (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;	EN-500,12kcal FH=28,71g ZS=15,95g SZH=76,05g CK=1,932g SÓ=1,49g TZS=7,45g  Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Tanyasi sült csirkemell (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vajás főkhagymás törtburgonya (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	EN-248,88kcal FH=5,27g ZS=11,00g SZH=31,69g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=5,20g  Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóborka;
<b>PÉNTEK</b> 2024.06.21.	EN-290,08kcal FH=9,85g ZS=4,09g SZH=52,99g CK=24,20g SÓ=0,20g TZS=2,32g  Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	EN-546,63kcal FH=36,60g ZS=9,36g SZH=73,68g CK=1,63g SÓ=0,81g TZS=1,27g  Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Barackos háromszög (1, 2)*; Alma;	EN-204,63kcal FH=6,51g ZS=8,46g SZH=25,89g CK=0,64g SÓ=1,22g TZS=3,17g  Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;

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



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kerepesi úti út 4. Tel: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@sull-host.hu](mailto:mail@sull-host.hu)

**Étlap név:**  
**Óvoda**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Tejfejté zsír; Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Dióféle, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; Szegedi OVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)) valamint a  
10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám, 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűk SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi  
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTFŐ</b> 2024.06.24.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Bakonyi szárnyszerű leves (1, 2, 3, 5)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Gyümölcsös krémmoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;
	EN=198,2kcal FH=7,13g ZS=5,91g SZH=29,28g CK=7,45g SÓ=1,15g TZS=1,98g	EN=586,30kcal FH=28,16g ZS=29,70g SZH=45,29g CK=1,40g SÓ=0,58g TZS=1,67g	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,95g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g
<b>KEDD</b> 2024.06.25.	Eper ízű tej (2)*; Liga Margarín; Kifli (1, 2)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Kukoricás rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigybörka;
	EN=258,11kcal FH=9,78g ZS=6,16g SZH=38,98g CK=1,088g SÓ=0,76g TZS=3,00g	EN=661,63kcal FH=23,78g ZS=33,60g SZH=80,99g CK=2,62g SÓ=1,80g TZS=4,49g	EN=175,70kcal FH=7,24g ZS=6,50g SZH=22,00g CK=0,29g SÓ=1,30g TZS=1,38g
<b>SZERDA</b> 2024.06.26.	Csipkebogyó tea; Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Kigybörka;	Részelt tésztalevés (1, 3, 5)*; Halpapríkás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sajos pogácsa (1, 2)*; Alma;
	EN=276,72kcal FH=5,34g ZS=10,97g SZH=38,38g CK=7,48g SÓ=0,62g TZS=6,20g	EN=546,97kcal FH=34,98g ZS=15,47g SZH=106,92g CK=1,39g SÓ=1,53g TZS=1,73g	EN=227,60kcal FH=5,19g ZS=7,10g SZH=34,55g CK=0,90g SÓ=1,35g TZS=3,55g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2024.06.27.	Limonádé; Kockasait (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Brokkolikrémleves gyöngygyökgyöklyével (1, 2, 3, 5, 6)*; Olaszos rakott tészta (1, 2)*;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigybörka;
	EN=180,10kcal FH=5,51g ZS=3,95g SZH=29,83g CK=7,59g SÓ=1,25g TZS=2,43g	EN=543,08kcal FH=29,27g ZS=20,02g SZH=55,18g CK=6,89g SÓ=0,82g TZS=2,59g	EN=177,35kcal FH=6,30g ZS=5,28g SZH=26,11g CK=0,84g SÓ=1,07g TZS=2,00g
<b>PÉNTEK</b> 2024.06.28.	Tiramisu ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Kuszusz (1, 5)*;	Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*; Alma;
	EN=293,65kcal FH=10,53g ZS=6,59g SZH=47,13g CK=15,38g SÓ=0,60g TZS=3,62g	EN=510,78kcal FH=25,55g ZS=14,04g SZH=67,56g CK=9,83g SÓ=0,39g TZS=1,30g	EN=225,70kcal FH=4,04g ZS=8,80g SZH=30,90g CK=0,00g SÓ=0,40g TZS=0,00g

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



**SULLI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keregyégyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@sulli-host.hu](mailto:mail@sulli-host.hu)

**Étlap név:**  
**Óvoda**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Teljes zsír;  
(\*) Allergének: 1=Gluten; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;  
10=Pakléték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszerek; 16=Puhítószer

Az ételtek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI ([www.oivi.segedvaros.hu](http://www.oivi.segedvaros.hu)) az NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULLI-HOST Kft. ([www.sulli-host.hu](http://www.sulli-host.hu)) hivatalos honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

**Sulli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

# Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyufa tészta, Vöröshagyma	79,58kcal	2,33g	1,48g	13,33g	0,44g	0,17g	0,21g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	59,50kcal	0,00g	0,00g	54,60g	9,24g	0,00g	0,00g
Bakonyi szárnyasragu leves Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	108,83kcal	10,05g	4,78g	5,83g	1,06g	0,17g	0,24g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 70g	282,80kcal	3,85g	10,15g	43,26g	16,66g	0,35g	4,62g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Fott füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Vöröshagyma	160,65kcal	8,41g	11,53g	4,83g	3,24g	0,45g	0,62g
Borsos tokány Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	236,37kcal	12,63g	18,79g	2,59g	0,32g	0,12g	0,22g
BrokkolikréMLEVES gyöngyagylóval Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	87,87kcal	3,46g	2,74g	11,33g	1,42g	0,25g	0,24g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	269,29kcal	6,40g	6,17g	40,46g	1,41g	0,10g	0,80g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz', Tej '1,5%'	222,90kcal	5,43g	5,49g	34,50g	1,38g	0,15g	2,22g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,88kcal	2,16g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,52g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	264,49kcal	13,11g	21,55g	2,65g	0,34g	0,28g	1,13g
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	188,48kcal	8,25g	9,36g	17,25g	0,00g	1,13g	2,89g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjésítő, Tej '1,5%'	113,06kcal	6,20g	3,01g	15,56g	9,20g	0,20g	1,80g
Csorbaleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyán, Orölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	156,56kcal	7,72g	10,40g	6,75g	0,79g	0,49g	0,13g
Cső tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, fozovíz', Tojásmentes cső tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,17g	0,68g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	132,15kcal	3,85g	3,79g	19,70g	0,71g	0,23g	0,53g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Diókcsemege szalámi Összetétel: Diókcsemege szalámi	59,64kcal	2,16g	5,64g	0,06g	0,06g	0,48g	2,28g
Eper ízű tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjzesítő, Tej '1,5%'	113,26kcal	6,20g	3,00g	14,16g	9,20g	0,20g	1,80g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	42,72kcal	1,42g	0,16g	8,90g	0,21g	0,22g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,15kcal	4,01g	0,45g	25,02g	0,59g	0,63g	0,05g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,74kcal	1,96g	0,22g	12,23g	0,29g	0,31g	0,02g
Felvidéki vegyes leves Összetétel: 10%-os ételecet, Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	86,86kcal	2,42g	2,99g	11,62g	1,56g	0,23g	0,23g
Fokhagymakrémleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélohagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	108,28kcal	3,27g	2,32g	18,21g	1,48g	0,15g	0,11g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	171,60kcal	3,95g	3,80g	29,54g	4,94g	0,36g	1,87g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Galuska Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, fozovíz'	370,90kcal	24,00g	10,20g	86,00g	0,00g	0,21g	1,00g
Gesztenyés párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztenyés párna 50 g , Fagy. gesztenyés rúd 70 g	169,00kcal	2,85g	7,20g	22,70g	0,00g	0,30g	3,25g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,18g	0,08g	0,48g	0,34g
Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlésű' Összetétel: Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	191,60kcal	3,60g	8,80g	23,20g	0,00g	0,40g	0,00g
Gyümölcsös krémm joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémm joghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Halpaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé surított, Orölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	67,33kcal	7,45g	2,81g	3,00g	0,93g	0,88g	0,39g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Halrudacska pánirozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska pánirozott	136,29kcal	7,44g	5,98g	12,84g	0,00g	0,77g	0,51g
Hargítai burgonyaleves Összetétel: Borsikafű, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	109,91kcal	3,08g	2,17g	18,07g	1,11g	0,20g	0,13g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop	215,71kcal	7,68g	7,43g	28,49g	0,28g	1,24g	2,48g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	202,84kcal	9,82g	13,28g	9,59g	0,56g	0,21g	0,29g
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	380,50kcal	16,01g	20,36g	42,78g	5,01g	2,58g	0,36g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g , Fagy. kakaós csiga 70g	197,00kcal	2,95g	9,75g	23,55g	9,20g	0,47g	4,90g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	79,08kcal	0,80g	0,84g	16,44g	16,00g	0,00g	0,52g
Kenőmájás Összetétel: Kenomájás	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,58g	0,26g	0,44g	1,96g
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
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Korianderes karfiolkrém leves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	82,54kcal	2,72g	3,97g	8,02g	1,97g	0,17g	0,23g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	213,53kcal	5,56g	5,80g	51,74g	0,71g	0,15g	0,63g
Kuszkusz Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Kuszkusz, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	282,92kcal	8,22g	6,77g	45,31g	2,72g	0,10g	0,86g
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, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	176,05kcal	9,79g	3,47g	25,32g	1,35g	0,21g	0,25g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Liga Margarín Összetétel: Liga margarín	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	32,80kcal	0,00g	0,00g	7,40g	7,32g	0,00g	0,00g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	114,00kcal	6,20g	3,01g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	24,30kcal	0,40g	2,30g	0,50g	0,00g	0,04g	1,46g
Májgaluskaleves Összetétel: Ételtészítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levelezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	158,41kcal	11,94g	4,46g	16,96g	1,33g	0,38g	0,32g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', fozovíz', Tojásmentes makaróni	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,12g	0,68g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	168,00kcal	2,40g	8,00g	20,60g	15,62g	0,00g	1,00g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Ételtészítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felso csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fuszterkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Vöröshagyma	132,55kcal	13,34g	5,23g	7,20g	4,38g	0,14g	0,23g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', fozovíz', Tojásmentes metélt tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,12g	0,68g
Mexikói sertésragu Összetétel: Ételtészítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,21kcal	9,71g	14,10g	4,61g	1,17g	0,11g	0,22g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Ételtészítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felso csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	148,28kcal	15,01g	5,78g	8,92g	6,78g	0,12g	0,23g
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	48,60kcal	0,20g	3,00g	5,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,89kcal	0,55g	2,40g	0,74g	0,02g	0,04g	0,00g
Olaszos rakott tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott', fozovíz', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	455,19kcal	19,81g	17,28g	53,86g	5,47g	0,56g	2,35g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g



# Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomleves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tojásos betu tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	121,76kcal	2,84g	3,16g	20,29g	12,46g	0,14g	0,36g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos halpástétom	84,00kcal	2,23g	7,63g	1,58g	0,05g	0,33g	1,03g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	71,30kcal	3,02g	6,02g	1,19g	0,03g	0,67g	1,20g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,35kcal	3,92g	5,71g	47,68g	0,21g	0,13g	0,60g
Pásztor bulgur csirkével, kolbásszal Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felso csirkecomb filé, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,48kcal	19,51g	12,48g	47,77g	0,88g	0,49g	2,09g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz'	213,48kcal	5,04g	3,36g	36,83g	0,00g	0,07g	0,30g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,91kcal	3,86g	4,78g	47,54g	0,08g	0,15g	0,50g
Pírtott tökmag Összetétel: Tökmag hántolt	62,30kcal	3,39g	5,05g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Pritaminos sajtelfűjt Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	183,55kcal	12,11g	9,85g	10,50g	0,24g	0,82g	6,28g
Reszelt tésztalesves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	72,90kcal	2,13g	2,30g	10,71g	0,37g	0,21g	0,28g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	39,00kcal	3,13g	2,75g	0,38g	0,00g	0,25g	1,88g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	1,95g	4,26g	2,40g	0,00g	0,53g	2,76g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	146,63kcal	7,20g	7,56g	12,00g	0,00g	1,08g	2,20g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	193,50kcal	4,75g	7,10g	26,85g	0,90g	1,35g	3,55g
Sajtos szál Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	229,00kcal	4,00g	14,80g	19,35g	0,85g	0,95g	7,45g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	182,46kcal	9,58g	11,71g	8,33g	2,43g	0,18g	0,26g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	49,20kcal	2,33g	3,72g	1,62g	0,11g	0,48g	0,17g
Szárazbaleves Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orótt fekete bors, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	127,46kcal	6,60g	2,33g	19,22g	0,92g	0,17g	0,23g
Tanyasi sült csirkemell Összetétel: Csemege paprika, Csirkemell filé, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Szárnyas fuserkeverék	151,14kcal	20,88g	3,69g	7,78g	0,19g	0,15g	0,31g
Tápai legényfogyó leves Összetétel: Citromlé 40%, Csirkemáj, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Fozotejszín, Orótt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	120,16kcal	10,99g	4,25g	8,82g	1,77g	0,48g	0,38g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orótt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	106,43kcal	2,62g	3,66g	14,52g	1,23g	0,30g	0,85g
Tárkonyos sertésragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orótt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	116,54kcal	6,29g	7,83g	4,36g	1,10g	0,44g	0,09g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,26g	2,00g
Tejbegríz Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Tej '1,5%'	211,00kcal	8,55g	3,25g	36,55g	18,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	255,25kcal	10,77g	3,96g	57,24g	21,73g	0,35g	2,30g
Tejeskávé ízű tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	100,90kcal	5,96g	2,85g	12,97g	8,74g	0,19g	1,71g
Teljes kiőrlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	35,84kcal	1,39g	0,16g	7,22g	0,10g	0,22g	0,06g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisú ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	113,53kcal	6,20g	3,00g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	70,78kcal	3,11g	5,39g	0,47g	0,11g	0,30g	1,84g
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Orótt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz'	212,98kcal	5,00g	3,36g	36,82g	0,00g	0,13g	0,30g
Túró Rudi Összetétel: Túró Rudi	101,40kcal	2,10g	5,04g	11,67g	10,56g	0,03g	4,29g

# Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.03.-tól 2024.06.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételectet, Kígyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	23,86kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,05g	0,00g
Vadas aprópecsenye Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	195,56kcal	9,57g	14,91g	4,49g	1,46g	0,14g	0,23g
Vajas fokhagymás törtburgonya Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz'	183,50kcal	4,54g	2,04g	33,27g	0,00g	0,22g	0,65g
Vaníliás krémtúró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	49,03kcal	3,64g	1,73g	4,50g	3,59g	0,00g	0,00g
Vegyes vágott Összetétel: Vegyes vágott	30,60kcal	0,92g	0,17g	5,06g	1,20g	1,37g	0,02g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	41,40kcal	2,80g	3,40g	0,36g	0,10g	0,44g	1,20g
Zöldborsófőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	227,92kcal	11,56g	3,71g	35,25g	17,68g	0,16g	1,02g
Zöldborsós aprópecsenye Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	184,66kcal	9,84g	14,05g	3,34g	1,12g	0,09g	0,24g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	83,50kcal	2,18g	7,60g	1,48g	0,05g	0,33g	1,03g
Zöldségleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	98,82kcal	3,15g	1,90g	16,79g	2,07g	0,20g	0,27g