

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.01.05.	Tej (2,8%) (2)*; Kockasajt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Csibevagdalt (1, 3)*; Tejszínes őszibarackmártás (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Gyümölcstea (gyermek); Tauris Toast sonka all.mentes; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Savanyú káposzta (6)*;
	EN=283,30kcal FH=11,20g ZS=11,50g SZH=33,50g CK=9,70g SÓ=1,50g TZS=6,20g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=351,40kcal FH=15,30g ZS=10,20g SZH=47,50g CK=17,90g SÓ=0,30g TZS=1,60g	EN=169,30kcal FH=5,70g ZS=2,80g SZH=30,00g CK=5,50g SÓ=2,00g TZS=0,70g
KEDD 2026.01.06.	Tej (2,8%) (2)*; Vaníliástúró (1, 2, 13)*; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;	Banán, víz;	Húsgombóc (3)*; Paradicsom mártás (1, 5)*; Főtt burgonya 1/2;	Csipkebogyótea; Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=281,60kcal FH=11,40g ZS=10,50g SZH=34,20g CK=14,50g SÓ=0,50g TZS=4,80g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=307,00kcal FH=14,10g ZS=9,00g SZH=42,50g CK=10,80g SÓ=0,20g TZS=0,70g	EN=201,00kcal FH=9,20g ZS=7,10g SZH=24,60g CK=5,20g SÓ=1,00g TZS=3,80g
SZERDA 2026.01.07.	Tejeskávé (1, 2)*; Sárgabaracklekvár; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Narancs, víz;	Rostos ivólé 100% őszibarack; Rántott halfilé (tepsis) (1, 3, 9)*; Ínyenc zöldségköret ligával (5)*; Párolt rizs 1/2;	Csipkebogyótea; Sajtkrém (2, 5)*; Tökmag szórat(darált) sajtkrémhez (6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=310,70kcal FH=8,30g ZS=12,80g SZH=40,40g CK=17,40g SÓ=0,80g TZS=8,30g	EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=351,90kcal FH=13,50g ZS=15,00g SZH=48,40g CK=3,30g SÓ=0,70g TZS=1,30g	EN=203,80kcal FH=7,00g ZS=5,70g SZH=30,00g CK=5,50g SÓ=1,00g TZS=1,80g
CSÜTÖRTÖK 2026.01.08.	Tej (2,8%) (2)*; Karfiolos zöldégpástétom; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;	Körte, víz;	Paprikás csirkemell; Fejeskáposztafőzelék (1, 2)*; Burgonya püré 1/2 (2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Liga margarin; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=254,10kcal FH=10,30g ZS=10,30g SZH=29,70g CK=9,40g SÓ=1,20g TZS=4,10g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=305,30kcal FH=19,90g ZS=6,60g SZH=39,60g CK=5,40g SÓ=0,40g TZS=1,40g	EN=230,40kcal FH=6,10g ZS=8,00g SZH=32,50g CK=18,70g SÓ=0,50g TZS=4,40g
PÉNTEK 2026.01.09.	Tej (2,8%) (2)*; Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Gulyásleves csirkehússal (1)*; Stiriai metélt (1, 2, 3)*;	Gyümölcstea (gyermek); Párizsikrém; Zsemle (1)*; Kígyóuborka;
	EN=273,50kcal FH=12,10g ZS=10,20g SZH=31,60g CK=9,80g SÓ=1,00g TZS=4,70g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=423,30kcal FH=20,10g ZS=15,10g SZH=49,50g CK=9,60g SÓ=0,30g TZS=1,10g	EN=141,20kcal FH=4,00g ZS=4,30g SZH=20,70g CK=5,20g SÓ=0,70g TZS=1,50g

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:

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=Csillagfű; 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
SZOMBAT 2026.01.10.	Tej (2,8%) (2)*; Csirkemájaskrém 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Félbarna kenyér (1)*;	Banán, víz;	Paprikásburgonya csirkemellel; Uborkasaláta;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Teljeskiőrlésű zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN=258,40kcal FH=11,30g ZS=9,30g SZH=32,10g CK=9,70g SÓ=1,00g TZS=4,20g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=343,80kcal FH=16,80g ZS=5,80g SZH=50,90g CK=2,90g SÓ=0,20g TZS=0,50g	EN=180,20kcal FH=7,70g ZS=7,80g SZH=19,00g CK=6,20g SÓ=0,60g TZS=4,40g
VASÁRNAP 2026.01.11.				

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 'Kisded'

Tápányagtartalom: 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
HÉTFŐ 2026.01.12.	Kakaó (2, 4)*; Teavaj (2)*; Zsemle (1)*;	Alma, víz;	Napraforgómagos pulykavagdalt (1, 3, 6, 8, 12, 13)*; Tejszínes céklafőzelék (1, 2)*; Tört burgonya 1/2;	Csipkebogyótea; Zöldfűszeres halpástétom 'Tej-, Tojás-, Lisztmentes' (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=277,50kcal FH=8,30g ZS=14,30g SZH=28,60g CK=14,30g SÓ=0,50g TZS=9,40g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=383,60kcal FH=16,60g ZS=13,50g SZH=45,70g CK=8,90g SÓ=0,40g TZS=1,90g	EN=167,90kcal FH=5,20g ZS=5,00g SZH=25,00g CK=5,20g SÓ=0,80g TZS=0,80g
KEDD 2026.01.13.	Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Sertéspörkölt; Sárgaborsófőzelékpüré (1)*; Alma, víz;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Tejes fonottka (1, 2)*;
	EN=249,40kcal FH=12,30g ZS=7,50g SZH=33,00g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=343,00kcal FH=20,70g ZS=10,60g SZH=39,40g CK=0,50g SÓ=0,30g TZS=0,70g	EN=184,80kcal FH=7,10g ZS=8,10g SZH=20,40g CK=7,00g SÓ=0,50g TZS=4,60g
SZERDA 2026.01.14.	Karamellástej (2)*; Sertéshúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Körte, víz;	Pritaminos sajtgomba (1, 2, 3)*; Brokkolifőzelék (1, 2)*; Alma, víz;	Gyümölcstea (gyermek); Natúr vajkrém (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=304,60kcal FH=14,30g ZS=10,50g SZH=37,90g CK=15,00g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=348,40kcal FH=19,20g ZS=14,70g SZH=31,80g CK=4,40g SÓ=0,80g TZS=6,80g	EN=138,80kcal FH=2,70g ZS=4,00g SZH=21,90g CK=8,10g SÓ=0,20g TZS=0,90g
CSÜTÖRTÖK 2026.01.15.	Tej (2,8%) (2)*; Tojáskrém (3)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Banán, víz;	Rostos ivólé 100%-os narancs; Rakott vegyes zöldségek sajtszórattal sertéshússal (1, 2)*;	Csipkebogyótea; Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=247,30kcal FH=12,00g ZS=9,20g SZH=27,40g CK=9,50g SÓ=0,90g TZS=4,60g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=337,80kcal FH=18,90g ZS=12,40g SZH=37,00g CK=8,90g SÓ=0,40g TZS=1,90g	EN=183,80kcal FH=5,50g ZS=5,00g SZH=28,50g CK=5,60g SÓ=1,00g TZS=1,50g
PÉNTEK 2026.01.16.	Tej (2,8%) (2)*; Karfiolos zöldépgástétom; Félbarna kenyér (1)*;	Banán, víz;	Bazsalikomos csirkemell; Kuszkus (1)*; Káposztasaláta;	Gyümölcstea (gyermek); Lapkasajt (2)*; Liga margarin; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*; Zöldpaprika;
	EN=267,70kcal FH=10,10g ZS=10,30g SZH=33,40g CK=9,70g SÓ=1,20g TZS=3,90g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=319,90kcal FH=18,80g ZS=8,90g SZH=39,60g CK=4,60g SÓ=0,10g TZS=1,00g	EN=188,60kcal FH=9,20g ZS=8,20g SZH=18,40g CK=5,20g SÓ=0,90g TZS=4,60g

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
HÉTFŐ 2026.01.19.	Tej (2,8%) (2)*; Paradicsomos harcsapástétom 'allergénmentes' (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Banán, víz;	Stefánia vagdalt (1, 3)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Alma;	Gyümölcstea (gyermek); Lapkasajt (2)*; Liga margarin; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN=252,00kcal FH=10,80g ZS=10,60g SZH=28,10g CK=9,40g SÓ=1,00g TZS=4,20g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=350,70kcal FH=16,10g ZS=12,70g SZH=40,20g CK=10,20g SÓ=0,50g TZS=2,10g	EN=196,60kcal FH=9,10g ZS=8,20g SZH=20,80g CK=5,10g SÓ=0,90g TZS=4,60g
KEDD 2026.01.20.	Tej (2,8%) (2)*; Sonkakrém; Félbarna kenyér (1)*; Kígyóuborka;	Narancs, víz;	Gazdag zöldségleves (1)*; Bolognai szósz csirkehússal; Orsótészta (1)*;	Csipkebogyótea; Sárgabaracklekvár; Teavaj (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=255,40kcal FH=13,40g ZS=8,00g SZH=31,90g CK=9,70g SÓ=1,30g TZS=3,70g	EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=348,80kcal FH=15,10g ZS=12,90g SZH=42,20g CK=5,50g SÓ=0,20g TZS=1,20g	EN=208,90kcal FH=2,10g ZS=10,20g SZH=26,60g CK=13,50g SÓ=0,20g TZS=6,70g
SZERDA 2026.01.21.	Vaníliastej (2,8%) (1, 2)*; Liga margarin; Finom fonott kalács (1, 2, 3)*;	Alma, víz;	Sajtos halvagdalt (1, 2, 3, 9)*; Sóska főzelék tejszínes (1, 2)*; Főtt burgonya 1/2;	Csipkebogyótea; Tökmag szórát(darált) sajtkrémhez (6, 8, 12, 13)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljeskiörlésű zsemle (1)*; Jégcsap retek;
	EN=297,60kcal FH=9,00g ZS=10,50g SZH=40,80g CK=21,90g SÓ=0,60g TZS=5,40g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=342,70kcal FH=17,00g ZS=10,30g SZH=41,60g CK=7,60g SÓ=1,10g TZS=3,30g	EN=160,20kcal FH=5,60g ZS=5,60g SZH=19,90g CK=5,20g SÓ=0,70g TZS=2,00g
CSÜTÖRTÖK 2026.01.22.	Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes csibehúskrém házi; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Pulykavagdalt (1, 3)*; Karalábefőzelék (1, 2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=272,90kcal FH=14,60g ZS=9,70g SZH=31,70g CK=9,80g SÓ=0,80g TZS=3,40g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=344,50kcal FH=14,10g ZS=15,90g SZH=34,00g CK=13,50g SÓ=0,50g TZS=2,20g	EN=255,80kcal FH=8,10g ZS=6,50g SZH=40,60g CK=16,70g SÓ=0,90g TZS=3,40g
PÉNTEK 2026.01.23.	Tejeskávé (1, 2)*; Főtt tojás 1/2 (3)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Körte, víz;	Tavaszi csirkemájragu (1)*; Reszelt sajt (2)*; Párolt rizs; Házi céklasaláta;	Gyümölcstea (gyermek); Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Savanyú káposzta (6)*;
	EN=268,50kcal FH=10,80g ZS=8,80g SZH=34,60g CK=11,50g SÓ=1,00g TZS=3,90g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=331,60kcal FH=17,70g ZS=10,00g SZH=59,30g CK=4,80g SÓ=0,30g TZS=2,10g	EN=221,60kcal FH=9,40g ZS=7,10g SZH=29,60g CK=5,50g SÓ=1,90g TZS=3,60g

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=Csilagfűrt; 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
HÉTFŐ 2026.01.26.	Tej (2,8%) (2)*; Brokkolis zöldépgástétom; Félbarna kenyér (1)*;	Alma, víz;	Szárnyasraguleves (1)*; Almás kevert süti (1, 2, 3, 5, 11)*;	Csipkebogyótea; Tauris zöldséges felvágott; Liga margarin; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*; Kígyóuborka;
	EN=268,20kcal FH=10,20g ZS=10,30g SZH=33,40g CK=9,70g SÓ=1,20g TZS=3,90g	EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=465,50kcal FH=17,20g ZS=16,60g SZH=60,30g CK=25,90g SÓ=0,30g TZS=1,10g	EN=134,20kcal FH=4,00g ZS=4,40g SZH=18,30g CK=5,20g SÓ=0,70g TZS=1,60g
KEDD 2026.01.27.	Kakaó (2, 4)*; Méz; Teavaj (2)*; Tejes fonottka (1, 2)*;	Narancs, víz;	Pulykasült; Kaporfőzelék (1, 2)*; Főtt burgonya 1/2;	Natúr joghurt (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=302,10kcal FH=8,20g ZS=14,70g SZH=34,50g CK=20,90g SÓ=0,40g TZS=9,60g	EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=339,40kcal FH=20,90g ZS=12,20g SZH=34,50g CK=7,70g SÓ=0,10g TZS=1,70g	EN=223,80kcal FH=9,10g ZS=7,90g SZH=29,10g CK=6,50g SÓ=0,90g TZS=4,20g
SZERDA 2026.01.28.	Tej (2,8%) (2)*; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Körte, víz;	Csibevagdalt (1, 3)*; Tejszínes vegyesgyümölcs mártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Gyümölcstea (gyermek); Csirkemájaskrém 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kígyóuborka;
	EN=251,70kcal FH=12,10g ZS=8,00g SZH=32,40g CK=9,70g SÓ=0,80g TZS=4,40g	EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=438,10kcal FH=16,80g ZS=11,30g SZH=64,80g CK=18,30g SÓ=0,30g TZS=1,60g	EN=157,40kcal FH=5,60g ZS=3,70g SZH=24,80g CK=5,20g SÓ=0,80g TZS=1,00g
CSÜTÖRTÖK 2026.01.29.	Vaníliastej (2,8%) (1, 2)*; Liga margarin; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Banán, víz;	Rostos ivólé 100% őszibarack; Lecsós pulykamell; Petrezselymes rizs;	Gyümölcstea (gyermek); Trappistasajt szelet (2)*; Liga margarin; Félbarna kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=255,70kcal FH=8,20g ZS=9,40g SZH=33,80g CK=21,20g SÓ=0,50g TZS=4,90g	EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=273,40kcal FH=19,70g ZS=6,00g SZH=51,90g CK=3,50g SÓ=0,10g TZS=0,40g	EN=216,40kcal FH=9,20g ZS=7,00g SZH=28,30g CK=5,50g SÓ=1,00g TZS=3,60g
PÉNTEK 2026.01.30.	Tej (2,8%) (2)*; Petrezselymes tojáskrém (3)*; Félbarna kenyér (1)*;	Narancs, víz;	Sajtgomba (1, 2, 3)*; Lencsefőzelékpüré (1, 2, 11)*; Alma, víz;	Gyümölcstea (gyermek); Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Liga margarin; Teljeskiőrlésű zsemle (1)*; Savanyú káposzta (6)*;
	EN=264,60kcal FH=12,10g ZS=9,20g SZH=31,60g CK=9,80g SÓ=0,90g TZS=4,40g	EN=28,70kcal FH=0,40g ZS=0,00g SZH=6,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=423,80kcal FH=25,30g ZS=13,60g SZH=47,50g CK=3,10g SÓ=0,70g TZS=5,80g	EN=139,20kcal FH=6,20g ZS=3,40g SZH=19,40g CK=5,20g SÓ=1,70g TZS=0,80g

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=Csillagfű; 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' Időszak: 2026.01.01.-tól 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,30g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma, víz Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,30g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Almás kevert süti Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Liga margarin 70%, Sütőpor, Szárított citromhéj, Tej '2,8%', Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	333,60kcal	5,50g	12,50g	48,60g	23,70g	0,10g	0,70g
Banán, víz Összetétel: Banán	84,00kcal	1,00g	0,00g	19,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Bazsalikomos csirkemell Összetétel: Bazsalikom, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma	100,40kcal	12,20g	5,10g	1,20g	0,30g	0,10g	0,50g
Bolognai szósz csirkehússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Kristálycukor, Oregánó, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	91,20kcal	8,20g	4,70g	3,50g	2,50g	0,10g	0,30g
Brokkolífőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	175,20kcal	8,20g	5,80g	20,60g	4,20g	0,20g	1,30g
Brokkolis zöldégpástétom Összetétel: Brokkolis zöldségpástétom 105g	49,40kcal	0,60g	4,30g	2,00g	0,00g	0,40g	0,50g
Burgonya püré 1/2 Összetétel: Burgonya, Liga margarin 70%, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%'	67,10kcal	1,90g	1,00g	11,60g	0,60g	0,00g	0,20g
Csibevagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félégyházi morzsa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	135,70kcal	10,10g	7,50g	6,00g	0,40g	0,20g	0,70g
Csipebogyótea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,60g	5,00g	0,00g	0,00g
Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes' Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	30,20kcal	1,50g	2,60g	0,30g	0,10g	0,30g	0,90g
Csirkemájaskrém 'Tej-, Szója-, Liszmentes' Összetétel: Csirke májaskrém 30g	39,60kcal	1,70g	3,30g	0,70g	0,00g	0,20g	0,80g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	90,10kcal	2,20g	1,80g	15,70g	3,10g	0,20g	0,90g
Fejeskáposztafőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	168,80kcal	5,50g	4,20g	26,70g	4,30g	0,20g	1,10g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	106,80kcal	3,60g	0,40g	22,20g	0,50g	0,60g	0,00g
Finom fonott kalács Összetétel: Fonott kalács	132,00kcal	3,00g	2,90g	22,70g	3,80g	0,30g	1,40g
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,20g	0,20g	9,20g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded' Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Főtt tojás 1/2 Összetétel: Tojás főzött, tisztított	36,70kcal	2,50g	2,20g	0,20g	0,10g	0,10g	0,70g
Főtt tojás 1/2 Összetétel: Tojás főzött, tisztított	36,70kcal	2,50g	2,20g	0,20g	0,10g	0,10g	0,70g
Gazdag zöldségleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes eperkocka tészta, Vöröshagyma	89,50kcal	2,00g	4,90g	9,10g	1,40g	0,10g	0,50g
Gulyásleves csirkehússal 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	175,00kcal	8,90g	7,40g	16,70g	1,20g	0,20g	0,60g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Gyümölcstea (gyermek) Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	24,60kcal	0,10g	0,00g	5,60g	5,00g	0,00g	0,00g
Házi céklasaláta Összetétel: Bioecet, Fagy. cékla, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	28,60kcal	0,50g	0,00g	6,40g	4,00g	0,00g	0,00g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Tejföl '12%'	32,90kcal	2,50g	2,00g	1,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Húsgombóc Összetétel: Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	91,70kcal	9,50g	3,80g	6,40g	0,10g	0,10g	0,20g
Ínyenc zöldségköret ligával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínyenc zöldség keverék, Liga margarin 70%, Só 'jódozott'	141,10kcal	4,00g	8,40g	12,00g	0,00g	0,00g	0,50g
Jégcsap retek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Kakaó Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'	135,00kcal	6,20g	5,80g	14,30g	14,20g	0,20g	3,50g
Kaporfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kapor, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	180,90kcal	4,00g	7,20g	24,40g	7,40g	0,10g	1,40g
Káposztasaláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	22,80kcal	0,60g	0,10g	4,80g	2,50g	0,00g	0,00g
Karalábéfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. karalábé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	203,50kcal	5,00g	7,30g	28,30g	13,10g	0,30g	1,50g
Karamellástej Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'	132,00kcal	6,00g	5,60g	14,20g	14,20g	0,20g	3,40g
Karfiolos zöldégpástétom Összetétel: Karfiolos zöldségpástétom 105g	48,90kcal	0,50g	4,30g	2,00g	0,00g	0,40g	0,50g
Kígyóuborka Összetétel: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded' Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Körte, víz Összetétel: Körte	36,40kcal	0,30g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Kuskusz Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuskusz, Só 'jódozott', Vöröshagyma	196,70kcal	6,00g	3,70g	33,60g	1,80g	0,00g	0,50g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,80kcal	6,50g	5,80g	0,00g	0,00g	0,50g	3,80g
Lecsós pulykamell Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Natúr 30%-os lecsó, Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	104,30kcal	15,70g	3,90g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Lencsefőzelékpüré Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	251,70kcal	14,20g	4,70g	36,60g	3,10g	0,10g	0,30g
Liga margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	21,00kcal	0,00g	0,00g	5,80g	5,70g	0,00g	0,00g
Molnárika Összetétel: Molnárika 55g	87,40kcal	2,00g	2,00g	15,00g	2,50g	0,20g	1,00g
Napraforgómagos pulykavagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Napraforgómag hántolt, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	170,50kcal	10,10g	11,00g	6,60g	0,40g	0,20g	0,70g
Narancs, víz Összetétel: Narancs	28,70kcal	0,40g	0,00g	6,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Natúr vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,40g	2,20g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Orsótészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojáśmentes orsó tészta	168,10kcal	4,90g	3,30g	29,60g	1,60g	0,00g	0,40g
Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes' Összetétel: Pápai sonka	24,00kcal	3,40g	1,00g	0,00g	0,00g	0,40g	0,00g
Paprikás csirkemell Összetétel: Csemege paprika, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,40kcal	12,50g	1,40g	1,30g	0,50g	0,20g	0,10g
Paprikásburgonya csirkemellel Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Só 'jódozott', Vöröshagyma	330,90kcal	16,40g	5,80g	48,20g	0,90g	0,20g	0,50g
Paradicsom mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	168,30kcal	3,40g	5,00g	26,90g	10,70g	0,10g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded' Időszak: 2026.01.01.-tól 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomos harcsapástétom 'allergénmentes' Összetétel: Paradicsomos halpástétom	50,40kcal	1,30g	4,60g	0,90g	0,00g	0,20g	0,60g
Párizsikrém Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd, Delma margarin	42,80kcal	1,50g	4,00g	0,30g	0,10g	0,40g	1,30g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizs 'A', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	155,60kcal	3,90g	2,00g	47,70g	0,20g	0,00g	0,20g
Párolt rizs 1/2 Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizs 'A', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	77,80kcal	1,90g	1,00g	23,90g	0,10g	0,00g	0,10g
Petrezselymes csibehúskrém házi Összetétel: Csirkemell filé, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	54,10kcal	5,00g	3,70g	0,30g	0,10g	0,00g	0,00g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	155,10kcal	3,90g	2,00g	47,50g	0,10g	0,00g	0,20g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Tojás főzött, tisztított	45,80kcal	2,50g	3,20g	0,20g	0,10g	0,10g	1,00g
Petrezselymes túró Összetétel: Félzsiros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Tejföl '12%'	24,60kcal	2,30g	1,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	148,80kcal	3,60g	2,20g	27,90g	0,00g	0,00g	0,20g
Pritaminos sajtgomba Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	151,50kcal	10,70g	8,90g	6,30g	0,20g	0,60g	5,50g
Pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Pulykamell filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	111,50kcal	15,70g	4,80g	0,90g	0,30g	0,00g	0,30g
Pulykavagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	141,00kcal	9,10g	8,60g	5,70g	0,40g	0,20g	0,70g
Rakott vegyes zöldségek sajtszorattal sertéshússal Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Liga margarin 70%, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Trappista sajt	323,80kcal	18,80g	12,30g	33,80g	5,80g	0,40g	1,90g
Rántott halfilé (tepsis) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tojáslé	119,00kcal	7,50g	5,50g	9,30g	0,10g	0,70g	0,70g
Reszelt sajt Összetétel: Trappista sajt	31,40kcal	2,60g	2,30g	0,00g	0,00g	0,20g	1,50g
Rostos ivólé 100% őszibarack Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100%-os narancs Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Sajtgomba Összetétel: Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojáslé, Trappista sajt	150,40kcal	10,80g	8,90g	6,00g	0,00g	0,60g	5,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded' Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	37,00kcal	1,30g	2,80g	1,60g	0,00g	0,40g	1,80g
Sajtos halvagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Pangasius halfilé, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Trappista sajt, Vöröshagyma	112,60kcal	9,80g	5,20g	6,00g	0,30g	0,90g	1,90g
Sárgabaracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	24,60kcal	0,00g	0,00g	6,00g	6,00g	0,00g	0,00g
Sárgaborsófőzelékpüré Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,50kcal	11,80g	3,60g	33,30g	0,20g	0,10g	0,30g
Savanyú káposzta Összetétel: Savanyú káposzta	9,40kcal	0,50g	0,10g	1,70g	0,00g	0,90g	0,00g
Sertéshúskrém házi Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Liga margarin 70%, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,80kcal	4,30g	4,40g	0,60g	0,30g	0,00g	0,00g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Natúr 30%-os lecsó, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	103,80kcal	8,60g	7,00g	1,20g	0,30g	0,20g	0,40g
Sonkakrém Összetétel: Liga margarin, Pápai sonka	33,00kcal	3,50g	2,00g	0,00g	0,00g	0,50g	0,30g
Sóska főzelék tejszínes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sóska, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	183,10kcal	6,00g	4,90g	26,40g	7,30g	0,20g	1,40g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Pritamin paprika, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojás főzött, tisztított, Tojáspor, Vöröshagyma	135,70kcal	10,10g	7,20g	6,30g	0,60g	0,30g	0,80g
Stíriai metélt Összetétel: Citromlé 40%, Félzsíros tehéntúró, Kristálycukor, Liga margarin 70%, Puding por, Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojásfehérje lé, Tojásmentes metélt tészta, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	248,30kcal	11,20g	7,70g	32,80g	8,40g	0,10g	0,50g
Szárnyszerű leves Összetétel: Csirkemáj, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes eperszalag tészta, Vöröshagyma	131,90kcal	11,70g	4,10g	11,70g	2,20g	0,20g	0,40g
Tauris Toast sonka all.mentes Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	10,50kcal	1,50g	0,30g	0,50g	0,00g	0,40g	0,10g
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	25,80kcal	1,40g	2,10g	0,30g	0,00g	0,30g	0,80g
Tavaszi csirkemájragu Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Vöröshagyma	116,00kcal	10,70g	5,70g	5,20g	0,60g	0,10g	0,40g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,00g	8,20g	0,00g	0,00g	0,00g	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	73,80kcal	2,00g	0,70g	14,40g	1,00g	0,20g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: Bölcsöde 'Kisded' Időszak: 2026.01.01.-tól 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	107,00kcal	4,70g	4,20g	12,20g	10,90g	0,20g	2,60g
Tejszínes céklafőzelék Összetétel: Fagy. alma, Fagy. cékla, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	166,10kcal	5,30g	2,30g	29,90g	8,50g	0,20g	1,20g
Tejszínes őszibarackmártás Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	148,60kcal	3,30g	1,70g	29,90g	16,90g	0,10g	0,70g
Tejszínes vegyesgyümölcs mártás Összetétel: Fagy. alma, Fagy. őszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	153,60kcal	3,10g	1,60g	30,90g	17,90g	0,10g	0,70g
Teljes kiőrlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	62,20kcal	2,20g	0,30g	11,90g	0,20g	0,30g	0,20g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	89,60kcal	3,50g	0,40g	18,00g	0,20g	0,60g	0,20g
Teljeskiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	63,20kcal	2,20g	0,30g	12,10g	0,20g	0,30g	0,20g
Tojáskrém Összetétel: Delma margarin, Tojás főzött, tisztított	45,70kcal	2,50g	3,20g	0,20g	0,10g	0,10g	1,00g
Tökfőzelék Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kapor, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Vöröshagyma	193,30kcal	5,70g	5,50g	29,00g	9,60g	0,20g	1,30g
Tökmag szórát(darált) sajtkrémhez Összetétel: Tökmag hántolt	31,20kcal	1,70g	2,50g	0,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Tört burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	47,00kcal	1,20g	0,20g	9,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Trappistasajt szelet Összetétel: Trappista sajt	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,30g	3,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	12,90kcal	0,40g	0,00g	2,70g	2,00g	0,00g	0,00g
Vaníliástej (2,8%) Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%', Vaníliás cukor	147,60kcal	6,00g	5,60g	18,10g	18,10g	0,20g	3,40g
Vaníliástúró Összetétel: Félzsiros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	37,60kcal	2,40g	2,00g	2,30g	1,50g	0,00g	0,00g
Zöldfűszeres halpástétom 'Tej-, Tojás-, Lisztmentes' Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	50,10kcal	1,30g	4,60g	0,90g	0,00g	0,20g	0,60g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	70,20kcal	2,10g	0,30g	14,30g	0,10g	0,30g	0,20g