

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2025.03.31.	Eper íz tej (2)*; Liga Margarin; Molnárka (1, 2, 3)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Sajtós metélt (1)*; Sajt szórát (2)*; Tejföl (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;	Fasírt (1, 3, 5)*; Romanobabf zelék (1, 2)*;
	EN=337,79kcal FH=11,77g ZS=10,05g SZH=47,73g CK=16,51g SÓ=0,73g TZS=5,00g	EN=219,85kcal FH=6,73g ZS=8,16g SZH=29,03g CK=1,63g SÓ=1,71g TZS=5,10g	EN=782,55kcal FH=32,14g ZS=31,91g SZH=89,45g CK=4,56g SÓ=2,36g TZS=4,99g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=513,94kcal FH=21,18g ZS=28,06g SZH=46,21g CK=4,97g SÓ=0,89g TZS=1,30g
KEDD 2025.04.01.	Erdei gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtós panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Törtburgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;
	EN=316,00kcal FH=11,58g ZS=9,90g SZH=45,61g CK=10,08g SÓ=1,82g TZS=3,18g	EN=233,70kcal FH=8,30g ZS=10,20g SZH=25,41g CK=0,87g SÓ=1,48g TZS=4,27g	EN=803,63kcal FH=20,63g ZS=30,04g SZH=106,89g CK=27,62g SÓ=1,93g TZS=3,90g	EN=212,10kcal FH=4,44g ZS=3,90g SZH=38,43g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=525,36kcal FH=17,04g ZS=17,63g SZH=68,28g CK=10,49g SÓ=2,93g TZS=5,70g
SZERDA 2025.04.02.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldhagyma;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Narancs; Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Gyrosos sertéscsík (1, 5)*; Forgatott burgonya kocka (5)*;
	EN=305,20kcal FH=13,85g ZS=8,84g SZH=42,66g CK=12,16g SÓ=1,25g TZS=2,74g	EN=217,32kcal FH=4,81g ZS=3,59g SZH=39,86g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=793,97kcal FH=31,11g ZS=9,19g SZH=163,96g CK=46,81g SÓ=1,48g TZS=3,13g	EN=303,60kcal FH=17,36g ZS=14,50g SZH=24,31g CK=0,41g SÓ=1,70g TZS=8,57g	EN=640,47kcal FH=24,66g ZS=33,94g SZH=52,18g CK=0,36g SÓ=1,32g TZS=1,01g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.03.	Citromos tea; Tejfölös-túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alma; Briós (1, 2, 3)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Joghurt (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Csikós tokány (1, 2, 5)*; Tészta 'Orsó' (1)*;
	EN=250,24kcal FH=11,11g ZS=3,20g SZH=43,80g CK=9,82g SÓ=0,93g TZS=0,06g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=794,41kcal FH=32,22g ZS=33,60g SZH=88,14g CK=8,14g SÓ=1,55g TZS=1,04g	EN=217,50kcal FH=9,40g ZS=6,00g SZH=29,75g CK=6,35g SÓ=0,75g TZS=3,90g	EN=655,87kcal FH=24,60g ZS=36,19g SZH=55,43g CK=3,35g SÓ=0,80g TZS=2,65g
PÉNTEK 2025.04.04.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Zsemle (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Alma dobozos üdít 100%; Fonottka (1, 2)*;	Májkrém; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=312,24kcal FH=17,98g ZS=7,50g SZH=41,95g CK=11,70g SÓ=1,02g TZS=2,57g	EN=250,30kcal FH=11,38g ZS=9,90g SZH=29,84g CK=0,62g SÓ=1,82g TZS=3,36g	EN=842,97kcal FH=29,53g ZS=42,15g SZH=80,64g CK=3,25g SÓ=2,02g TZS=1,98g	EN=235,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=37,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=635,45kcal FH=16,93g ZS=34,06g SZH=62,92g CK=5,07g SÓ=2,73g TZS=16,00g

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:

Klúg

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 összetevő k 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
SZOMBAT 2025.04.05.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Narancs; Bebo Mini Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Aprópecsenye (1, 5)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*;
	EN=373,84kcal FH=18,40g ZS=14,50g SZH=42,47g CK=9,88g SÓ=1,94g TZS=8,28g	EN=240,90kcal FH=6,06g ZS=4,10g SZH=43,56g CK=0,78g SÓ=0,84g TZS=0,76g	EN=808,82kcal FH=31,15g ZS=38,69g SZH=78,22g CK=14,92g SÓ=2,01g TZS=2,24g	EN=259,40kcal FH=9,34g ZS=4,60g SZH=44,56g CK=16,61g SÓ=1,07g TZS=2,99g	EN=654,01kcal FH=25,68g ZS=33,01g SZH=56,78g CK=0,60g SÓ=0,72g TZS=0,71g
VASÁRNAP 2025.04.06.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Alma; Méz; Félbarna kenyér (1)*;	Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldborsós sertés szelet (1, 5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sonkás krém 50g Eurofood ; Félbarna kenyér (1)*; Alma dobozos üdít ;	Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;
	EN=301,14kcal FH=11,00g ZS=9,80g SZH=43,19g CK=10,08g SÓ=1,82g TZS=3,18g	EN=242,40kcal FH=5,87g ZS=0,60g SZH=54,12g CK=13,09g SÓ=0,85g TZS=0,06g	EN=731,62kcal FH=37,53g ZS=25,61g SZH=81,13g CK=5,88g SÓ=1,81g TZS=5,29g	EN=371,60kcal FH=9,32g ZS=12,92g SZH=54,30g CK=20,78g SÓ=1,43g TZS=4,73g	EN=431,15kcal FH=14,76g ZS=5,76g SZH=99,58g CK=43,80g SÓ=0,45g TZS=3,35g

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:

Klűg

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 összetevő k 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
HÉTF 2025.04.07.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Eszterházy tokány (1, 2, 11)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=281,15kcal FH=9,18g ZS=9,33g SZH=38,80g CK=9,46g SÓ=1,53g TZS=3,44g	EN=221,60kcal FH=3,80g ZS=6,40g SZH=36,40g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=893,73kcal FH=28,46g ZS=36,64g SZH=108,29g CK=20,73g SÓ=1,10g TZS=2,83g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g	EN=537,25kcal FH=18,70g ZS=32,18g SZH=61,39g CK=1,96g SÓ=0,84g TZS=1,42g
KEDD 2025.04.08.	Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*;	Karfiollesves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; F tt burgonya 1/2; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=321,89kcal FH=13,84g ZS=9,00g SZH=46,52g CK=12,58g SÓ=1,24g TZS=2,56g	EN=227,05kcal FH=6,14g ZS=10,28g SZH=26,54g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=902,46kcal FH=33,50g ZS=36,46g SZH=101,99g CK=3,45g SÓ=1,67g TZS=1,22g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g	EN=707,63kcal FH=26,46g ZS=25,42g SZH=94,83g CK=18,69g SÓ=1,18g TZS=0,70g
SZERDA 2025.04.09.	Meggyes gyümölcs Tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Zöldhagyma;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*; Narancs;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Lecsós csirkecombfilé (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=300,15kcal FH=8,59g ZS=10,22g SZH=41,85g CK=9,71g SÓ=1,52g TZS=4,24g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=828,21kcal FH=26,96g ZS=39,33g SZH=106,16g CK=3,29g SÓ=1,98g TZS=3,39g	EN=303,60kcal FH=17,36g ZS=14,50g SZH=24,31g CK=0,41g SÓ=1,70g TZS=8,57g	EN=485,58kcal FH=22,73g ZS=17,37g SZH=50,99g CK=2,48g SÓ=1,09g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.10.	Tejeskávé íz tej (2)*; Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Alma;	Kefír (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Citromos tea; Big Burger (1, 2, 4, 11)*;
	EN=334,52kcal FH=13,65g ZS=8,56g SZH=50,87g CK=11,76g SÓ=1,16g TZS=2,20g	EN=266,85kcal FH=7,90g ZS=12,93g SZH=28,73g CK=0,22g SÓ=1,57g TZS=5,24g	EN=851,43kcal FH=25,56g ZS=34,31g SZH=102,11g CK=19,48g SÓ=1,87g TZS=7,72g	EN=214,50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g CK=6,05g SÓ=0,75g TZS=3,75g	EN=710,80kcal FH=31,62g ZS=33,94g SZH=64,18g CK=10,31g SÓ=3,34g TZS=13,19g
PÉNTEK 2025.04.11.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Mákos búrkifli (1, 2)*;	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Alma; Zsemle (1)*; Zöldf szeres halpástétom (9)*; Sajtos szál (1, 2)*;
	EN=292,89kcal FH=10,40g ZS=9,83g SZH=40,50g CK=9,46g SÓ=1,61g TZS=3,44g	EN=269,50kcal FH=5,25g ZS=13,79g SZH=31,08g CK=0,00g SÓ=0,48g TZS=5,88g	EN=868,81kcal FH=32,86g ZS=37,76g SZH=95,00g CK=9,63g SÓ=3,14g TZS=0,98g	EN=219,50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,51g CK=0,35g SÓ=1,84g TZS=4,85g	EN=598,45kcal FH=12,93g ZS=30,37g SZH=65,93g CK=1,41g SÓ=2,36g TZS=11,98g

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:

Klúg

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=Rákkfélek; 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	Vacsora
SZOMBAT 2025.04.12.	Alma dobozos üdít ; Virsli (1, 2, 3, 4)*; Mustár (11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Lekvár; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*; Banán;	Pulykasült (5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=360,40kcal FH=10,85g ZS=10,35g SZH=55,70g CK=20,94g SÓ=1,74g TZS=2,99g	EN=290,40kcal FH=5,91g ZS=4,13g SZH=56,81g CK=15,78g SÓ=0,86g TZS=0,76g	EN=722,88kcal FH=24,36g ZS=33,52g SZH=71,36g CK=10,94g SÓ=3,20g TZS=8,41g	EN=335,00kcal FH=4,26g ZS=10,45g SZH=54,39g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g	EN=585,94kcal FH=30,72g ZS=20,83g SZH=63,08g CK=3,39g SÓ=1,34g TZS=4,70g
VASÁRNAP 2025.04.13.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Félbarna kenyér (1)*; Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Sajtós szelet (1, 2, 5, 6)*; Rizibizi (5)*;	Alma dobozos üdít 100%; Fonottka (1, 2)*;	Tejbedara (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma;
	EN=244,94kcal FH=7,82g ZS=6,28g SZH=39,30g CK=9,40g SÓ=1,54g TZS=3,92g	EN=272,40kcal FH=10,56g ZS=9,40g SZH=36,12g CK=0,62g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=801,19kcal FH=43,70g ZS=28,18g SZH=110,37g CK=7,84g SÓ=2,26g TZS=5,65g	EN=235,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=37,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=433,65kcal FH=14,54g ZS=5,95g SZH=78,71g CK=40,40g SÓ=0,45g TZS=3,35g

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:

Klűg

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=Rákkfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k 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
HÉTF 2025.04.14.	Citromos tea; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Rizibizi (5)*; Csemege uborka (11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Briós (1, 2, 3)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Finomf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=386,14kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=46,65g CK=12,48g SÓ=1,52g TZS=9,60g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=791,33kcal FH=28,51g ZS=24,28g SZH=132,10g CK=5,62g SÓ=4,05g TZS=4,60g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=520,58kcal FH=31,21g ZS=15,28g SZH=62,37g CK=15,19g SÓ=1,35g TZS=1,36g
KEDD 2025.04.15.	Csokoládé ízű tej (2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*; Alma;	Filézett halaszlé (5, 9)*; Túrós tészta tepert vel (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs;	Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*;
	EN=329,69kcal FH=12,85g ZS=8,70g SZH=49,35g CK=11,71g SÓ=0,97g TZS=2,57g	EN=310,32kcal FH=8,01g ZS=10,59g SZH=44,12g CK=6,16g SÓ=1,64g TZS=6,32g	EN=714,33kcal FH=36,92g ZS=27,77g SZH=79,28g CK=6,68g SÓ=4,06g TZS=5,36g	EN=293,40kcal FH=9,82g ZS=15,90g SZH=27,61g CK=0,36g SÓ=1,58g TZS=6,04g	EN=479,94kcal FH=15,49g ZS=18,07g SZH=58,58g CK=0,17g SÓ=1,81g TZS=3,73g
SZERDA 2025.04.16.	Tej (2)*; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Barackos háromszög (1, 2)*; Alma;	Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2)*; Zsemle (1)*; Méz; Alma;
	EN=364,21kcal FH=16,75g ZS=11,71g SZH=45,69g CK=12,66g SÓ=1,68g TZS=5,13g	EN=235,20kcal FH=7,89g ZS=9,75g SZH=28,95g CK=0,42g SÓ=1,23g TZS=1,47g	EN=861,31kcal FH=25,05g ZS=27,94g SZH=124,24g CK=35,27g SÓ=1,50g TZS=9,84g	EN=261,20kcal FH=9,58g ZS=5,25g SZH=42,70g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=530,25kcal FH=8,50g ZS=15,16g SZH=89,04g CK=29,11g SÓ=1,13g TZS=7,67g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.17.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarín; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Banán; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kockasajt (2)*;	Erdei gyümölcs tea; Baconos péklángos (1, 2, 13)*;
	EN=292,89kcal FH=10,40g ZS=9,83g SZH=40,50g CK=9,46g SÓ=1,61g TZS=3,44g	EN=306,12kcal FH=5,89g ZS=3,59g SZH=60,50g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=776,03kcal FH=33,16g ZS=32,74g SZH=84,31g CK=10,34g SÓ=1,90g TZS=5,20g	EN=227,40kcal FH=8,42g ZS=7,60g SZH=31,32g CK=0,36g SÓ=2,08g TZS=4,74g	EN=358,90kcal FH=11,38g ZS=13,50g SZH=45,77g CK=9,94g SÓ=1,40g TZS=5,70g
PÉNTEK 2025.04.18.	Tejeskávé íz tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kefír (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Piritott dara (1)*;	Csemege szalámi; Bebo Mini Margarín; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;	Mákos búrkifli (1, 2)*; Májkrém; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=360,32kcal FH=15,39g ZS=9,84g SZH=52,77g CK=11,71g SÓ=1,78g TZS=5,88g	EN=237,50kcal FH=8,85g ZS=6,60g SZH=34,60g CK=7,60g SÓ=0,65g TZS=4,15g	EN=820,94kcal FH=37,77g ZS=22,26g SZH=97,87g CK=29,69g SÓ=2,21g TZS=1,49g	EN=290,70kcal FH=9,42g ZS=14,20g SZH=31,11g CK=2,86g SÓ=1,68g TZS=5,14g	EN=592,55kcal FH=13,86g ZS=30,25g SZH=64,80g CK=1,63g SÓ=1,69g TZS=12,28g

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:

Klúg

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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevő k 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
SZOMBAT 2025.04.19.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Spenótf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Pulykasült (5)*; Tökf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=373,84kcal FH=18,40g ZS=14,50g SZH=42,47g CK=9,88g SÓ=1,94g TZS=8,28g	EN=219,00kcal FH=5,88g ZS=3,00g SZH=41,82g CK=0,84g SÓ=0,94g TZS=0,78g	EN=846,77kcal FH=48,63g ZS=35,57g SZH=71,25g CK=9,47g SÓ=2,49g TZS=6,28g	EN=259,40kcal FH=9,34g ZS=4,60g SZH=44,56g CK=16,61g SÓ=1,07g TZS=2,99g	EN=466,07kcal FH=28,28g ZS=15,96g SZH=49,17g CK=12,30g SÓ=1,22g TZS=0,62g
VASÁRNAP 2025.04.20.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Sajtos szelet (1, 2, 5, 6)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Tejbedara (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma;
	EN=270,74kcal FH=7,94g ZS=6,28g SZH=45,60g CK=9,82g SÓ=1,54g TZS=3,74g	EN=261,00kcal FH=8,01g ZS=9,75g SZH=35,25g CK=0,84g SÓ=1,23g TZS=1,29g	EN=893,24kcal FH=44,54g ZS=28,94g SZH=106,61g CK=6,61g SÓ=2,37g TZS=9,19g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g	EN=433,65kcal FH=14,54g ZS=5,95g SZH=78,71g CK=40,40g SÓ=0,45g TZS=3,35g

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:

Klűg

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 összetevő k 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
HÉTF 2025.04.21.	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Liga Margarin; Hosszú zsemle (1)*;	Csirkemájkrém 50g; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Mandarin;	Bebo Mini Margarin; Rozsos párna (1, 12)*;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=322,51kcal FH=14,22g ZS=11,73g SZH=38,50g CK=9,26g SÓ=1,53g TZS=7,04g	EN=256,50kcal FH=9,95g ZS=11,55g SZH=26,20g CK=0,35g SÓ=1,25g TZS=3,05g	EN=887,13kcal FH=34,31g ZS=35,84g SZH=100,07g CK=2,97g SÓ=1,65g TZS=1,38g	EN=201,18kcal FH=4,93g ZS=6,24g SZH=30,46g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=1,20g	EN=703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=14,78g SÓ=2,69g TZS=5,74g
KEDD 2025.04.22.	Tiramisu ízű tej (2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Félbarna kenyér (1)*; Kockasajt (2)*;	GombakréMLEVES (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Alma bef tt;	Banán; Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*;	Mexikói ragu (1, 5)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=359,42kcal FH=12,77g ZS=8,57g SZH=57,00g CK=17,77g SÓ=0,71g TZS=4,63g	EN=253,20kcal FH=8,54g ZS=7,60g SZH=37,62g CK=0,78g SÓ=2,08g TZS=4,56g	EN=803,40kcal FH=30,47g ZS=36,73g SZH=149,67g CK=14,14g SÓ=1,45g TZS=1,67g	EN=310,40kcal FH=4,88g ZS=6,40g SZH=57,04g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=527,40kcal FH=24,48g ZS=18,75g SZH=59,38g CK=2,39g SÓ=0,78g TZS=1,51g
SZERDA 2025.04.23.	Csipkebogyó tea; Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Alma; Kakaós csiga (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1, 2, 3, 5)*; Törtburgonya (5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldpaprika; Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Bakonyi tokány (1, 2)*; Szarvacska tészta (1)*; Banán ;
	EN=268,00kcal FH=9,47g ZS=4,75g SZH=46,38g CK=9,98g SÓ=1,60g TZS=0,34g	EN=329,80kcal FH=4,26g ZS=14,63g SZH=43,89g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=818,23kcal FH=33,60g ZS=25,30g SZH=106,64g CK=26,17g SÓ=1,38g TZS=2,66g	EN=175,90kcal FH=5,82g ZS=4,25g SZH=28,56g CK=0,36g SÓ=0,84g TZS=0,94g	EN=813,54kcal FH=26,22g ZS=30,61g SZH=104,70g CK=3,07g SÓ=0,63g TZS=1,37g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.24.	Madártej ízű tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Zsemle (1)*;	Briós (1, 2, 3)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*; Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*;	Gyümölcs tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;
	EN=334,34kcal FH=12,99g ZS=8,95g SZH=49,60g CK=11,71g SÓ=0,96g TZS=2,57g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=735,12kcal FH=32,91g ZS=24,11g SZH=113,30g CK=9,73g SÓ=1,33g TZS=2,26g	EN=309,40kcal FH=7,44g ZS=10,40g SZH=45,50g CK=25,45g SÓ=0,41g TZS=5,87g	EN=528,72kcal FH=17,13g ZS=17,63g SZH=68,70g CK=10,49g SÓ=2,93g TZS=5,70g
PÉNTEK 2025.04.25.	Zöldtea-citrusos; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Fonottka (1, 2)*; Banán;	Csirkereguleves (1, 3, 5)*; Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Dzsem (13)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=332,60kcal FH=9,58g ZS=12,50g SZH=44,98g CK=9,98g SÓ=1,74g TZS=4,58g	EN=273,50kcal FH=5,61g ZS=1,35g SZH=57,94g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=882,70kcal FH=30,45g ZS=34,08g SZH=109,05g CK=39,43g SÓ=0,72g TZS=4,93g	EN=234,60kcal FH=7,83g ZS=9,72g SZH=28,83g CK=0,42g SÓ=1,23g TZS=1,47g	EN=589,75kcal FH=13,52g ZS=18,13g SZH=89,67g CK=16,85g SÓ=2,16g TZS=9,92g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Klúg

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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevő k 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
SZOMBAT 2025.04.26.	Alma dobozos üdít ; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma; Kockasajt (2)*;	Sonkás krém 50g Eurofood ; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alma; Félbarna kenyér (1)*; Bebo Mini Margarin;	Zöldbabf zelék (1, 2)*; Baromfi fasírt (1, 2, 3, 4, 11)*;
	EN=394,52kcal FH=8,31g ZS=10,67g SZH=64,62g CK=26,16g SÓ=1,64g TZS=6,35g	EN=261,60kcal FH=8,90g ZS=12,84g SZH=27,50g CK=0,36g SÓ=1,43g TZS=4,88g	EN=934,66kcal FH=33,23g ZS=33,17g SZH=121,09g CK=28,05g SÓ=1,60g TZS=1,30g	EN=228,90kcal FH=5,82g ZS=4,10g SZH=41,76g CK=0,78g SÓ=0,84g TZS=0,76g	EN=414,60kcal FH=18,74g ZS=16,36g SZH=44,73g CK=9,11g SÓ=1,74g TZS=3,19g
VASÁRNAP 2025.04.27.	Jegeskávé; Félbarna kenyér (1)*; Méz;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Zöldségleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Szarvacska tészta (1)*; Félbarna kenyér (1)*; Narancs;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*;
	EN=220,20kcal FH=5,34g ZS=0,60g SZH=49,84g CK=17,20g SÓ=0,84g TZS=0,06g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g	EN=916,31kcal FH=34,31g ZS=38,01g SZH=104,94g CK=6,60g SÓ=1,60g TZS=1,74g	EN=221,60kcal FH=3,80g ZS=6,40g SZH=36,40g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=573,05kcal FH=35,14g ZS=20,63g SZH=47,28g CK=3,18g SÓ=1,29g TZS=4,67g

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:

Klúg

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=Rákkfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k 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
HÉTF 2025.04.28.	Tej (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Magyaros vajkrém (2)*;	Zöldpaprika; Kifli (1, 2)*; Teavaj (2)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Debreceni sertéskaraj (1, 4, 5, 11)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;	Alma; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Gyümölcsös joghurt (1, 2)*;	Citromos tea; Baconos péklángos (1, 2, 13)*;
	EN=190,76kcal FH=8,26g ZS=7,19g SZH=23,38g CK=7,25g SÓ=0,75g TZS=4,56g	EN=223,61kcal FH=4,17g ZS=11,15g SZH=26,30g CK=1,63g SÓ=0,48g TZS=7,44g	EN=803,92kcal FH=38,59g ZS=31,57g SZH=81,17g CK=4,72g SÓ=2,00g TZS=3,43g	EN=342,32kcal FH=8,93g ZS=7,59g SZH=57,36g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g	EN=355,54kcal FH=11,30g ZS=13,50g SZH=45,34g CK=9,94g SÓ=1,40g TZS=5,70g
KEDD 2025.04.29.	Limonádé; Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Paradicsom;	Bríós (1, 2, 3)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Baromfi fasírt (1, 2, 3, 4, 11)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Alma;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*;	Stíriai metélt (1, 2, 3, 4, 13)*;
	EN=237,90kcal FH=8,25g ZS=4,70g SZH=37,80g CK=9,91g SÓ=1,36g TZS=0,63g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=733,11kcal FH=31,56g ZS=20,86g SZH=99,16g CK=27,95g SÓ=2,43g TZS=5,09g	EN=349,60kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=37,60g CK=3,44g SÓ=1,52g TZS=9,60g	EN=610,92kcal FH=22,84g ZS=15,51g SZH=93,55g CK=34,42g SÓ=0,37g TZS=3,14g
SZERDA 2025.04.30.	Tejeskávé íz tej (2)*; Fonotkka 'Teljes kiörlés ' (1, 2, 3)*; Liga Margarin;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Tavaszeleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Méz; Bebo Mini Margarin; Fehér kenyér (1)*;	Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Párolt rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*;
	EN=320,73kcal FH=12,01g ZS=9,46g SZH=47,27g CK=10,99g SÓ=0,49g TZS=2,86g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g	EN=665,63kcal FH=33,87g ZS=19,48g SZH=84,91g CK=5,70g SÓ=1,22g TZS=0,66g	EN=238,50kcal FH=4,44g ZS=3,98g SZH=47,62g CK=16,54g SÓ=0,84g TZS=0,94g	EN=491,34kcal FH=14,28g ZS=24,22g SZH=73,39g CK=1,22g SÓ=2,13g TZS=4,54g
CSÜTÖRTÖK 2025.05.01.					
PÉNTEK 2025.05.02.					

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:

Klúg

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=Rákkfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevő k 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"-enszereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	68,00kcal	0,00g	0,00g	62,40g	10,56g	0,00g	0,00g
Alma dobozos üdít Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Alma dobozos üdít 100% Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almanártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	222,30kcal	2,83g	1,67g	47,20g	28,24g	0,25g	0,28g
Aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	342,20kcal	18,18g	26,72g	4,95g	0,48g	0,36g	0,31g
Baconos péklángos Összetétel: fagy. baconos péklángos 170 g	319,00kcal	11,30g	13,50g	36,30g	0,90g	1,40g	5,70g
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
Banán Összetétel: Banán	210,00kcal	2,60g	0,00g	48,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 70g	565,60kcal	7,70g	20,30g	86,52g	33,32g	0,70g	9,24g
Baronfi fasírt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Frikadell	180,53kcal	10,40g	10,81g	9,60g	0,00g	1,36g	2,69g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Big Burger Összetétel: Fagy. hamburger pogácsa 120g (Matusz), Fejes saláta, Ketchup, Kigyó uborka, Lapkasajt, Lilahagyma, Paradicsom, Zsemle Hamburger nagy briós 86 g (Matusz)	674,26kcal	31,62g	33,94g	55,13g	1,28g	3,34g	13,19g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Bugyi sertés szelet Összetétel: 'Fűszer' - Húspuhító, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Petrezselyem zöld, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,13kcal	21,70g	11,40g	4,27g	0,38g	0,39g	0,50g
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
Burgonyaf zelék Összetétel: 10%-os ételectet, 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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%'	326,30kcal	7,61g	10,89g	45,08g	2,76g	0,49g	4,57g
Chilisbab Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Marha lábszár, Oregánó, Só 'jódozott', Szárzabb, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	458,67kcal	27,27g	16,66g	47,22g	1,71g	0,37g	0,29g
Citromos tea Összetétel: Betédlij, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	14,00kcal	0,60g	0,10g	2,40g	1,90g	1,50g	0,00g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	330,66kcal	16,06g	26,93g	3,56g	0,55g	0,63g	1,54g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betédlij, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,06kcal	8,80g	10,43g	18,40g	0,00g	1,20g	3,13g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csirke raguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	253,60kcal	18,92g	6,84g	27,78g	4,01g	0,52g	0,53g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjézítő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levestörség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperzalag tészta, Vöröshagyma	127,64kcal	3,86g	3,04g	20,66g	1,38g	0,54g	0,41g
Daraguskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	220,15kcal	6,38g	5,24g	35,11g	1,47g	0,59g	0,72g
Debreceni sertés karaj Összetétel: Csemege paprika, Debreceni kolbász, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	249,05kcal	23,88g	15,42g	2,40g	0,23g	0,76g	2,12g
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: Betédlij, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Erdői gyümölcsöntet Összetétel: Fagy. erdei keverék, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Puding por, Szegfűszeg	46,88kcal	0,45g	0,08g	10,75g	6,07g	0,01g	0,01g
Erdői gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Eszterházy tokány Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	283,44kcal	14,14g	21,84g	5,80g	1,74g	0,39g	0,32g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	64,97kcal	0,02g	0,00g	16,11g	16,01g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzítőjezsín, 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
Fehér kenyér Összetétel: Fehér kenyér	147,00kcal	4,44g	0,48g	31,14g	0,12g	0,84g	0,24g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os étellecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	57,28kcal	1,63g	0,22g	11,92g	6,00g	0,22g	0,01g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélízesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	126,36kcal	9,81g	7,71g	6,13g	3,49g	3,16g	2,79g
Finomf zselé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. finomfzselék, 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
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	217,80kcal	5,02g	4,82g	37,49g	6,27g	0,46g	2,38g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Fonottka 'Teljes kiőrlés' Összetétel: Teljes kiőrlésű fonottka 50g	173,00kcal	4,50g	3,50g	31,00g	0,00g	0,15g	0,00g
Forgatott burgonya kocka Összetétel: Burgonya, Étélízesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	256,54kcal	5,50g	6,18g	40,48g	0,00g	0,67g	0,60g
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	103,40kcal	2,75g	0,33g	20,24g	0,00g	0,03g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gombakrémléves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzötejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	149,12kcal	5,47g	3,22g	23,77g	1,41g	0,49g	0,62g
Gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	97,36kcal	3,64g	3,34g	12,59g	1,08g	0,48g	0,26g
Gulyásleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	309,34kcal	14,24g	16,98g	22,20g	1,86g	0,56g	0,32g
Gyrosos sertéscsikok Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Gyros fűszerkeverék, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	383,93kcal	19,16g	27,76g	11,70g	0,36g	0,65g	0,41g
Gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	189,62kcal	2,55g	2,20g	38,88g	24,39g	0,12g	0,44g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	61,79kcal	5,99g	3,22g	1,77g	0,04g	0,14g	0,00g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	322,90kcal	15,93g	24,86g	6,77g	0,38g	0,88g	1,48g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle 53g	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle 53g, Mustár, Virsli Pulyka Gallicoop	467,92kcal	16,97g	17,63g	58,10g	0,60g	2,77g	5,70g
Húsgombóc Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	296,45kcal	16,00g	19,58g	18,41g	0,43g	0,37g	0,12g
Húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	283,46kcal	13,73g	17,33g	16,16g	0,99g	0,50g	0,37g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	664,94kcal	28,01g	30,66g	65,53g	3,27g	1,05g	0,83g
Jegeskávé Összetétel: Jeges kávé 500ml	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g	209,00kcal	2,70g	10,45g	25,35g	8,95g	0,35g	5,25g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,85kcal	1,00g	1,05g	15,55g	15,00g	0,00g	0,65g
Karfiolleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	158,81kcal	5,23g	3,15g	26,57g	2,40g	0,52g	0,40g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposzta f. zélék Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	230,51kcal	7,10g	3,57g	40,39g	0,41g	0,27g	0,31g
Ken m. májas Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,88kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g
Kukorica prósza Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kefir literes, Kristálycukor, Kukoricadara, Tejföl '12%', Tojáslé	582,22kcal	11,08g	27,16g	70,52g	29,36g	0,19g	4,39g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	372,47kcal	9,83g	10,07g	52,87g	1,93g	0,60g	1,26g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	202,31kcal	5,75g	4,13g	33,61g	2,70g	0,65g	0,81g
Lecsós csirkecomb filé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,91kcal	15,15g	7,40g	3,33g	0,56g	0,50g	0,41g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lencseleves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	251,34kcal	13,66g	4,14g	38,29g	1,80g	0,55g	0,29g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	142,20kcal	7,75g	3,77g	19,52g	11,50g	0,25g	2,25g
Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levelezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	280,35kcal	8,77g	16,75g	21,96g	0,64g	1,09g	4,43g
Magyaros sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pritamin paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma	246,75kcal	27,53g	9,74g	2,20g	0,42g	0,80g	0,10g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levelezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g
Májkrém Összetétel: Sonkás májaskrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Majonéz Összetétel: Majonéz	42,60kcal	0,12g	3,87g	1,80g	1,01g	0,24g	0,51g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mákos búrkifli Összetétel: Búrkifli 'Mákos' 50g, Búrkifli 'Mákos' 70g	269,50kcal	5,25g	13,79g	31,08g	0,00g	0,48g	5,88g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Mandarin Összetétel: Mandarin	31,50kcal	0,49g	0,00g	6,86g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Mexikói ragu Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	210,27kcal	18,66g	7,02g	16,88g	2,26g	0,40g	0,30g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g
Méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mézes-mustáros csirke csikok Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	242,04kcal	22,65g	8,26g	18,54g	6,91g	0,39g	0,31g
Miláni szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	283,31kcal	15,08g	19,35g	10,75g	4,15g	0,84g	1,07g
Molnárika Összetétel: Molnárika 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Mustár Összetétel: Mustár	10,00kcal	0,41g	0,47g	0,88g	0,00g	0,10g	0,02g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g
Narancs Összetétel: Narancs	49,20kcal	0,72g	0,00g	10,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Négyhagymás krémleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	115,17kcal	3,05g	2,80g	19,13g	3,56g	0,45g	0,16g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,48kcal	26,74g	30,33g	55,56g	0,76g	0,79g	0,62g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betű tésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	228,43kcal	5,40g	5,40g	39,14g	18,78g	0,53g	0,64g
Paradicsommártás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	227,68kcal	5,04g	5,21g	39,50g	17,87g	0,36g	0,55g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
Páztortleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	183,72kcal	5,15g	3,67g	30,49g	2,43g	0,63g	0,65g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	272,16kcal	4,64g	12,18g	55,87g	0,39g	0,31g	1,31g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	94,01kcal	3,91g	7,36g	0,58g	0,13g	0,52g	2,57g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	172,36kcal	3,76g	4,08g	29,36g	0,00g	0,50g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pizza Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Ketchup, Kristálycukor, Oregánó, Pizzalap, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Trappista sajt, Vöröshagyma	667,01kcal	27,05g	26,06g	75,07g	5,74g	2,69g	5,74g
Pizzás csiga Összetétel: Pizzás csiga 50g, Pizzás csiga 70g	349,60kcal	8,80g	17,60g	37,60g	3,44g	1,52g	9,60g
Pulykasült Összetétel: Csemege paprika, Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, Kóménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,54kcal	20,44g	9,64g	1,32g	0,24g	0,43g	0,10g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	585,80kcal	19,69g	28,91g	54,57g	0,70g	1,34g	7,09g
Rántott sajt 'mirelit' Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,75g	11,60g	19,50g	0,75g	0,83g	0,12g
Rizibizi Összetétel: Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	286,08kcal	6,87g	10,50g	60,47g	2,26g	0,45g	1,13g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Sajt Összetétel: Trappista sajt	124,80kcal	10,00g	8,80g	1,20g	0,00g	0,80g	6,00g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	74,00kcal	2,60g	5,68g	3,20g	0,00g	0,70g	3,68g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	194,93kcal	9,60g	10,01g	16,00g	0,00g	1,44g	2,93g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,09kcal	12,10g	10,95g	23,10g	1,76g	1,10g	1,57g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
Sajtos szál Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	320,60kcal	5,60g	20,72g	27,09g	1,19g	1,33g	10,43g
Sajtos szelet Összetétel: Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Trappista sajt	294,77kcal	28,27g	14,56g	11,22g	1,24g	0,88g	4,08g
Sárgaborsókrémleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	206,09kcal	9,57g	2,95g	34,15g	1,08g	0,47g	0,31g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,05g	2,50g	0,00g	0,00g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés sült Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott'	181,14kcal	20,02g	10,46g	0,59g	0,09g	0,35g	0,30g
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
Sertésrizottó Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	586,27kcal	25,00g	33,51g	63,50g	2,17g	0,97g	1,05g
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 Összetétel: Sonkás májaskrém	127,20kcal	3,68g	12,24g	0,44g	0,00g	0,59g	4,64g
Sonkás krém 50g Eurofood Hidegs Összetétel: Sonkás májaskrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Spenótf zselé Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	224,41kcal	9,62g	5,93g	32,96g	8,60g	0,45g	1,30g
Síriai metélt Összetétel: Aro margarin, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Félegyházi morzsa, Félzsiros tehéntúró, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mazsola, Porcukor, Puding por, Só 'jódozott', főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásfehérje lé, Tojásmentes metélt tészta, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	610,92kcal	22,85g	15,51g	93,55g	34,42g	0,37g	3,14g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	265,88kcal	27,28g	12,55g	0,99g	0,03g	0,48g	0,40g
Szarvacskateészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacskateészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	185,34kcal	4,82g	5,54g	27,35g	2,27g	0,71g	1,30g
Tavaszi leves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	105,68kcal	3,99g	2,59g	15,95g	3,68g	0,51g	0,35g
Teavaj Összetétel: Teavaj	86,76kcal	0,05g	9,84g	0,04g	0,00g	0,01g	6,84g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	66,00kcal	4,50g	2,25g	7,05g	7,05g	0,20g	1,50g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
Tejbedara Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	317,60kcal	13,06g	4,90g	54,76g	25,40g	0,45g	2,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,76g	4,71g	84,03g	28,80g	0,45g	2,70g
Tejeskávéíz tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,36g	4,80g	1,60g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejfölös-túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	53,50kcal	5,77g	2,60g	1,40g	0,00g	0,09g	0,00g
Tejes kiörlés egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiörlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Tejes kiörlés gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	184,40kcal	3,32g	6,40g	28,00g	9,20g	0,18g	3,12g
Tejes kiörlés kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Tejes kiörlés kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Tejes kiörlés kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Tejes kiörlés zsemle Összetétel: Teljes kiörlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tészta 'Orsó' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta	325,21kcal	8,54g	9,26g	51,87g	2,80g	0,17g	1,11g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjesítő, Tej '1,5%'	141,62kcal	7,75g	3,75g	19,51g	11,50g	0,25g	2,25g
Tökf zelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	206,43kcal	5,17g	6,02g	31,17g	11,67g	0,37g	0,48g
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	317,12kcal	5,82g	11,73g	42,51g	0,13g	0,39g	1,20g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	116,00kcal	14,00g	5,00g	3,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Túrós bukta Összetétel: Túrós bukta 50g, Túrós bukta 70g	224,00kcal	9,10g	5,25g	34,30g	11,90g	0,34g	0,07g
Túrós tészta tepert vel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta	335,07kcal	9,08g	9,96g	51,87g	2,80g	0,47g	2,55g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Id szak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Virsli Összetétel: Virsli Pulyka Gallicoop	106,00kcal	4,80g	9,20g	0,96g	0,16g	0,80g	2,88g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	107,70kcal	3,68g	1,88g	17,95g	1,65g	0,50g	0,05g
Zöldbabf zelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	234,07kcal	8,34g	5,55g	35,13g	9,11g	0,38g	0,50g
Zöldborsóf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	330,04kcal	15,86g	4,50g	53,81g	25,68g	0,37g	1,11g
Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	140,23kcal	5,89g	2,82g	22,00g	3,95g	0,50g	0,40g
Zöldborsóleves csipetkével Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	92,78kcal	4,11g	2,50g	12,69g	3,39g	0,49g	0,32g
Zöldborsós sertés szelet Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	231,80kcal	23,33g	11,04g	8,12g	1,83g	0,36g	0,33g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldhagyma Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,27g	0,09g	2,55g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,15g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldségleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. levestzöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	137,50kcal	4,17g	3,50g	21,82g	2,63g	0,53g	0,47g
Zöldtea-citrusos Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g