

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.11.27.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=210,42kcal FH=6,25g ZS=4,86g SZH=33,69g CK=7,38g SÓ=1,13g TZS=3,11g	EN=583,44kcal FH=26,85g ZS=18,43g SZH=73,75g CK=3,74g SÓ=0,62g TZS=0,79g	EN=194,73kcal FH=5,50g ZS=8,36g SZH=23,68g CK=0,14g SÓ=1,22g TZS=3,30g
KEDD 2023.11.28.	Tejeskávé (1, 2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Tárkonyos szárnyasragu leves (1, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Narancs;	Sajtos szál (1, 2)*;
	EN=282,28kcal FH=11,02g ZS=5,72g SZH=44,78g CK=18,14g SÓ=0,84g TZS=2,02g	EN=502,73kcal FH=19,33g ZS=17,78g SZH=63,45g CK=18,23g SÓ=0,52g TZS=0,57g	EN=229,00kcal FH=4,00g ZS=14,80g SZH=19,35g CK=0,85g SÓ=0,95g TZS=7,45g
SZERDA 2023.11.29.	Citromos tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Kukoricás kenyér (1)*;	Burgonyaleves (1, 5)*; Pritaminos sajtelfűjt (1, 2, 3)*; Vegyesfőzelék (1, 2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fonottka (1, 2)*;
	EN=213,05kcal FH=6,40g ZS=5,75g SZH=31,13g CK=7,22g SÓ=0,93g TZS=2,02g	EN=564,91kcal FH=25,83g ZS=15,05g SZH=76,65g CK=17,03g SÓ=1,58g TZS=7,33g	EN=248,90kcal FH=6,15g ZS=6,39g SZH=40,57g CK=12,46g SÓ=0,53g TZS=4,99g
CSÜTÖRTÖK 2023.11.30.	Tej (2)*; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Mustáros csirkecomb (1, 2, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Alma;
	EN=248,55kcal FH=13,26g ZS=6,45g SZH=34,65g CK=10,12g SÓ=1,45g TZS=2,98g	EN=577,86kcal FH=28,43g ZS=21,31g SZH=57,24g CK=5,42g SÓ=0,50g TZS=2,58g	EN=112,70kcal FH=1,38g ZS=1,44g SZH=22,90g CK=7,00g SÓ=0,02g TZS=0,60g
PÉNTEK 2023.12.01.	Citromos tea; Kockasajt (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Filézett halászlé (5, 9)*; Lekváros bukta (1, 2, 3)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Joghurt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=182,62kcal FH=5,81g ZS=4,01g SZH=30,66g CK=7,30g SÓ=1,25g TZS=2,43g	EN=488,31kcal FH=15,45g ZS=13,99g SZH=75,18g CK=20,09g SÓ=3,92g TZS=5,17g	EN=231,15kcal FH=9,15g ZS=7,85g SZH=31,07g CK=6,63g SÓ=0,86g TZS=4,25g

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:

Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.12.04.	Főzött kakaó (2, 4)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Céklasaláta (6, 15)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=302,67kcal FH=10,36g ZS=7,12g SZH=48,34g CK=23,15g SÓ=0,59g TZS=3,96g	EN=567,68kcal FH=25,79g ZS=23,48g SZH=60,68g CK=2,25g SÓ=1,58g TZS=0,64g	EN=178,44kcal FH=6,13g ZS=8,09g SZH=20,41g CK=0,38g SÓ=1,19g TZS=3,06g
KEDD 2023.12.05.	Meggyes gyümölcs Tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Fokhagymakrémleves (1, 2, 3, 5, 6)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*;	Csokis croissant (1, 2)*;
	EN=194,34kcal FH=6,23g ZS=4,77g SZH=31,27g CK=7,30g SÓ=1,16g TZS=2,94g	EN=593,38kcal FH=41,86g ZS=18,97g SZH=103,00g CK=2,04g SÓ=0,46g TZS=1,44g	EN=181,80kcal FH=2,61g ZS=7,29g SZH=25,02g CK=0,00g SÓ=0,35g TZS=3,73g
SZERDA 2023.12.06.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Kefír (2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;
	EN=206,17kcal FH=6,46g ZS=5,65g SZH=32,41g CK=7,76g SÓ=1,11g TZS=1,84g	EN=514,41kcal FH=29,64g ZS=15,40g SZH=79,54g CK=5,93g SÓ=0,65g TZS=1,16g	EN=214,50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g CK=6,05g SÓ=0,75g TZS=3,75g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.07.	Tejeskávé (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Meggye leves (1, 2)*; Bakonyi tokány (1, 2)*; Szarvacska tészta (1)*;	Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigýóuborka;
	EN=260,53kcal FH=9,82g ZS=4,08g SZH=45,15g CK=19,39g SÓ=0,68g TZS=2,32g	EN=562,76kcal FH=18,32g ZS=22,13g SZH=70,77g CK=19,52g SÓ=0,31g TZS=1,44g	EN=128,70kcal FH=4,62g ZS=2,78g SZH=21,31g CK=0,27g SÓ=0,67g TZS=1,64g
PÉNTEK 2023.12.08.	Erdei gyümölcs tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Mustáros sertéskaraj sajttal (1, 2, 5, 11)*; Hagymás burgonya;	Lekvár; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=239,14kcal FH=6,93g ZS=10,36g SZH=29,11g CK=7,40g SÓ=1,30g TZS=3,98g	EN=579,88kcal FH=28,10g ZS=23,70g SZH=57,48g CK=1,61g SÓ=0,99g TZS=4,86g	EN=193,35kcal FH=3,42g ZS=2,38g SZH=38,73g CK=15,14g SÓ=0,74g TZS=0,78g

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:

Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számitott 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=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.o.vi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.12.11.	Gyümölcsös krémm joghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tápai legényfogó leves (1, 2, 3, 5)*; Pozsonyi kocka (1, 2, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*;	Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g	EN=624,65kcal FH=21,20g ZS=16,96g SZH=95,15g CK=39,12g SÓ=0,64g TZS=2,06g	EN=158,00kcal FH=6,21g ZS=5,28g SZH=21,39g CK=0,53g SÓ=1,07g TZS=2,14g
KEDD 2023.12.12.	Tej (2)*; Sonkakrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Fejlesztettableves (1, 3, 5)*; Brassói aprópecsenye (1, 5)*; Petrezselymes burgonya (5)*;	Sajtos rúd P&P (1, 2)*;
	EN=241,45kcal FH=12,46g ZS=7,10g SZH=32,08g CK=9,71g SÓ=1,32g TZS=2,28g	EN=555,25kcal FH=22,23g ZS=25,15g SZH=53,59g CK=1,49g SÓ=0,35g TZS=0,86g	EN=169,50kcal FH=4,50g ZS=6,90g SZH=21,75g CK=0,90g SÓ=0,65g TZS=3,20g
SZERDA 2023.12.13.	Karamellás tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Párolt rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=279,50kcal FH=10,25g ZS=4,35g SZH=49,10g CK=22,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN=571,89kcal FH=16,52g ZS=24,93g SZH=83,80g CK=3,27g SÓ=1,73g TZS=1,65g	EN=176,70kcal FH=4,25g ZS=8,68g SZH=20,84g CK=0,27g SÓ=0,64g TZS=5,88g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.14.	Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Mexikói ragu (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*; Paradicsom;
	EN=200,32kcal FH=7,71g ZS=2,18g SZH=36,89g CK=11,20g SÓ=0,63g TZS=0,04g	EN=472,02kcal FH=18,86g ZS=11,39g SZH=65,67g CK=17,82g SÓ=0,31g TZS=1,21g	EN=229,15kcal FH=11,15g ZS=8,41g SZH=25,50g CK=0,40g SÓ=1,18g TZS=4,70g
PÉNTEK 2023.12.15.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Szárnasraguleves (1, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Tészta 'Orsó' (1)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=191,34kcal FH=6,83g ZS=5,85g SZH=28,08g CK=7,45g SÓ=1,15g TZS=1,98g	EN=501,02kcal FH=28,48g ZS=12,83g SZH=66,63g CK=5,98g SÓ=1,18g TZS=1,35g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g

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:

Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi
ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft.
(www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a
tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.12.18.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Pritaminos sajtelfűjt (felnőtt 2) (1, 2, 3)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Alma;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Fonottka (1, 2)*;
	EN=236,80kcal FH=10,70g ZS=5,90g SZH=33,65g CK=9,75g SÓ=0,90g TZS=3,76g	EN=525,15kcal FH=26,44g ZS=15,04g SZH=66,78g CK=18,36g SÓ=1,15g TZS=7,50g	EN=196,10kcal FH=4,25g ZS=4,35g SZH=34,10g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g
KEDD 2023.12.19.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Jókai bableves (1, 2, 4, 5)*; Tanyasi sült csirkemell (felnőtt 2) (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vajas fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=267,75kcal FH=7,82g ZS=7,43g SZH=37,00g CK=8,16g SÓ=1,39g TZS=2,48g	EN=588,95kcal FH=38,62g ZS=17,08g SZH=64,63g CK=1,28g SÓ=0,87g TZS=1,85g	EN=209,00kcal FH=4,40g ZS=3,90g SZH=37,73g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g
SZERDA 2023.12.20.	Tejbegríz (1, 2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*;	Brokkolikrémleves gyöngykgagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Bácskai rizseshús (5)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=291,97kcal FH=8,57g ZS=3,25g SZH=56,66g CK=38,21g SÓ=0,20g TZS=1,80g	EN=472,64kcal FH=17,70g ZS=25,56g SZH=57,85g CK=1,79g SÓ=0,45g TZS=1,15g	EN=188,58kcal FH=6,42g ZS=8,51g SZH=21,54g CK=0,32g SÓ=1,22g TZS=3,30g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.21.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Alma;
	EN=202,72kcal FH=7,10g ZS=5,84g SZH=28,14g CK=7,40g SÓ=0,93g TZS=2,02g	EN=638,33kcal FH=19,32g ZS=15,58g SZH=103,18g CK=36,83g SÓ=0,29g TZS=0,74g	EN=276,08kcal FH=5,41g ZS=10,94g SZH=38,19g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=6,20g
PÉNTEK 2023.12.22.	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Roston sült hal tepsiben (1, 5, 9)*; Törtburgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=281,52kcal FH=6,43g ZS=8,63g SZH=43,13g CK=16,72g SÓ=0,43g TZS=6,11g	EN=570,49kcal FH=19,41g ZS=19,32g SZH=75,37g CK=14,09g SÓ=1,75g TZS=2,17g	EN=164,40kcal FH=6,72g ZS=5,74g SZH=21,54g CK=0,42g SÓ=1,11g TZS=1,98g

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:

Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.12.25.			
KEDD 2023.12.26.			
SZERDA 2023.12.27.	Citromos tea; Dzsem (db) (13)*; Bebo Mini Margarin; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Alma;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=302,54kcal FH=4,33g ZS=7,09g SZH=53,50g CK=26,43g SÓ=0,40g TZS=2,52g	EN=579,58kcal FH=18,62g ZS=26,89g SZH=63,01g CK=19,03g SÓ=0,26g TZS=0,73g	EN=151,50kcal FH=5,84g ZS=3,98g SZH=22,79g CK=0,27g SÓ=1,25g TZS=2,43g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.28.	Citromos tea; Zöldbúszeres halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Bazsalikomos sertés szelet (1, 5)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Félbarna kenyér (1)*;	Petrezselymes tejfölösturó (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=232,07kcal FH=6,18g ZS=8,05g SZH=33,53g CK=7,66g SÓ=0,95g TZS=1,07g	EN=540,75kcal FH=27,08g ZS=14,45g SZH=72,10g CK=17,27g SÓ=0,70g TZS=1,25g	EN=140,90kcal FH=8,03g ZS=2,26g SZH=21,60g CK=0,27g SÓ=0,74g TZS=0,18g
PÉNTEK 2023.12.29.	Citromos tea; Csirkemájaskrém; Négy magvas zsemle (1, 12)*;	Süttőtökrémleves (1, 2)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Párolt gersli (1, 5)*; Alma;	Olasz felvágott (4)*; Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=222,46kcal FH=6,56g ZS=5,62g SZH=35,31g CK=7,19g SÓ=0,84g TZS=1,48g	EN=682,06kcal FH=21,30g ZS=31,04g SZH=74,81g CK=12,16g SÓ=0,53g TZS=2,27g	EN=186,30kcal FH=6,84g ZS=8,18g SZH=21,07g CK=0,37g SÓ=1,09g TZS=2,60g

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:

Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyufa tészta, Vöröshagyma	79,58kcal	2,33g	1,48g	13,33g	0,44g	0,17g	0,21g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	394,93kcal	14,54g	22,84g	48,64g	0,37g	0,19g	0,91g
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	193,61kcal	9,63g	15,14g	3,38g	0,22g	0,16g	0,38g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	49,20kcal	0,07g	0,02g	12,04g	12,00g	0,02g	0,00g
Bazsalikomos sertés szelet Összetétel: Bazsalikom, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott'	169,06kcal	17,87g	6,92g	7,62g	0,16g	0,09g	0,04g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	230,24kcal	12,46g	18,77g	1,25g	0,41g	0,13g	0,23g
Brokkolikrémléves gyöngyagylóval Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	77,70kcal	3,16g	2,71g	9,21g	1,42g	0,25g	0,24g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	269,29kcal	6,40g	6,17g	40,46g	1,41g	0,10g	0,80g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	115,50kcal	2,69g	3,28g	14,23g	0,97g	0,46g	0,34g
Céklasaláta Összetétel: Céklasaláta	20,48kcal	0,58g	0,04g	4,64g	1,20g	1,20g	0,00g
Citromos tea Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	28,42kcal	0,00g	0,00g	7,04g	7,03g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,88kcal	2,16g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,52g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	264,49kcal	13,11g	21,55g	2,65g	0,34g	0,28g	1,13g
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Csirke pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kóménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	134,06kcal	15,12g	6,48g	2,98g	0,51g	0,10g	0,32g
Csirkemájaskrém Összetétel: Csirke májaskrém 30g	53,06kcal	2,27g	4,40g	0,98g	0,00g	0,26g	1,11g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csokis croissant Összetétel: Croissant kakaós krémmel 45g, Croissant kakaós krémmel 65g	181,80kcal	2,61g	7,29g	25,02g	0,00g	0,35g	3,74g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	326,67kcal	9,67g	3,85g	62,81g	2,40g	0,09g	0,48g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,64kcal	2,16g	5,64g	0,06g	0,06g	0,48g	2,28g
Diós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	172,22kcal	4,88g	3,78g	29,64g	1,60g	0,09g	0,47g
Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor	190,80kcal	3,72g	11,40g	17,34g	15,00g	0,00g	0,00g
Dzsem (db) Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	80,97kcal	0,02g	0,00g	20,11g	20,01g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	93,02kcal	1,05g	0,47g	20,50g	15,23g	0,10g	0,19g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejttetbables Összetétel: Csemege paprika, Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. fejttetbab, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tojásos gyűrű tészta, Vörőshagyma, Zeller zöld	111,53kcal	4,73g	3,01g	15,51g	1,09g	0,14g	0,34g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,15kcal	4,01g	0,45g	25,02g	0,59g	0,63g	0,05g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,74kcal	1,96g	0,22g	12,23g	0,29g	0,31g	0,02g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vörőshagyma	136,47kcal	8,64g	9,50g	5,83g	3,21g	3,12g	2,98g
Fokhagymakrémleves Összetétel: Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vörőshagyma	88,42kcal	2,74g	2,29g	14,01g	1,53g	0,15g	0,13g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Főzött kakaó Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '1,5%'	127,77kcal	6,40g	3,21g	18,31g	18,20g	0,20g	1,93g
Galuska Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, főzővíz'	370,90kcal	24,00g	10,20g	86,00g	0,00g	0,21g	1,00g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	224,81kcal	5,10g	4,29g	37,65g	0,38g	0,17g	0,40g
Halpaprikás Összetétel: Csemege paprika, Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	67,33kcal	7,45g	2,81g	3,00g	0,93g	0,88g	0,39g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop	215,71kcal	7,68g	7,43g	28,49g	0,28g	1,24g	2,48g
Jégcsap retek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Jókai bableves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	218,48kcal	11,80g	11,19g	16,37g	1,00g	0,27g	0,83g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	209,00kcal	2,70g	10,45g	25,35g	8,95g	0,35g	5,25g
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '1,5%'	132,00kcal	6,20g	3,00g	20,20g	20,20g	0,20g	1,80g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,58g	0,26g	0,44g	1,96g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér	113,85kcal	3,29g	0,36g	23,63g	0,09g	0,63g	0,18g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,75kcal	6,50g	5,75g	0,00g	0,00g	0,50g	3,75g
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	102,87kcal	2,98g	1,93g	17,50g	1,45g	0,17g	0,25g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lekváros bukta Összetétel: Lekváros bukta 70g	259,00kcal	4,41g	4,27g	49,42g	16,59g	0,49g	2,17g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	24,30kcal	0,40g	2,30g	0,50g	0,00g	0,04g	1,46g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	158,41kcal	11,94g	4,46g	16,96g	1,33g	0,38g	0,32g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fűszerkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	132,55kcal	13,34g	5,23g	7,20g	4,38g	0,14g	0,23g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Meggylevés Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	104,61kcal	1,38g	0,63g	22,94g	16,90g	0,04g	0,28g
Mexikói ragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	109,71kcal	11,41g	4,75g	4,71g	1,17g	0,11g	0,22g
Mogyorókrém Összetétel: Nutella	48,60kcal	0,20g	3,00g	5,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Mustáros sertéskaraj sajttal Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Trappista sajt	248,64kcal	20,37g	15,74g	5,30g	0,00g	0,51g	3,60g
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
Négy magvas zsemle Összetétel: Négymagvas zsemle 53g	140,98kcal	4,29g	1,22g	27,30g	0,16g	0,58g	0,37g
Olasz felvágott Összetétel: Olasz felvágott	49,80kcal	2,60g	4,20g	0,42g	0,10g	0,46g	1,72g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	408,07kcal	17,89g	21,00g	34,94g	0,51g	0,23g	0,42g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtészta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	121,76kcal	2,84g	3,16g	20,29g	12,46g	0,14g	0,36g
Párizsikrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	101,20kcal	2,59g	9,82g	0,54g	0,10g	0,67g	3,80g
Párolt gersli Összetétel: Árpagyöngy, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	267,35kcal	6,10g	6,73g	44,14g	0,21g	0,13g	0,60g
Párolt rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,35kcal	3,92g	5,71g	47,68g	0,21g	0,13g	0,60g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	213,48kcal	5,04g	3,36g	36,83g	0,00g	0,07g	0,30g
Petrezselymes tejfölös­turó Összetétel: Félzsiros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	35,90kcal	3,78g	1,78g	0,94g	0,00g	0,11g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Pozsonyi kocka Összetétel: Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Mák, Mazsola, Porcukor, Puding por, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott, főzővíz', Száritott citromhéj, Tej '1,5%', Tojásmentes metélt tészta, Vaníliás cukor	504,49kcal	10,21g	12,71g	86,33g	37,35g	0,16g	1,68g
Pritaminos sajt­felfűjt (felnőtt 2) Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	183,55kcal	12,11g	9,85g	10,50g	0,24g	0,82g	6,28g
Rántott sajt 'mirelit' Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	210,24kcal	9,75g	10,78g	19,50g	0,75g	0,83g	0,03g
Roston sült hal tepsiben Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	178,95kcal	11,41g	7,64g	15,87g	0,29g	1,16g	0,83g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	1,95g	4,26g	2,40g	0,00g	0,53g	2,76g
Sajtos rúd P&P Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g (P&P, Fagy. sajtos rúd 70 g (P&P)	169,50kcal	4,50g	6,90g	21,75g	0,90g	0,65g	3,20g
Sárgaborsókrém-leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngy­kagyló tészta, Vöröshagyma	139,13kcal	7,31g	2,43g	21,10g	0,55g	0,15g	0,23g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertésraguleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	182,46kcal	9,58g	11,71g	8,33g	2,43g	0,18g	0,26g
Sonkakrém Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	46,65kcal	2,19g	3,56g	1,48g	0,04g	0,44g	0,10g
Sütőtökrémleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Gyömbér, Gyümölcslé sűrítmény, Kristálycukor, Só 'jódozott', Vöröshagyma	116,12kcal	1,65g	2,77g	20,32g	11,61g	0,11g	0,54g
Szárnasraguleves Összetétel: Csirkemáj, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kakukkfű, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	143,34kcal	13,26g	4,59g	11,47g	2,65g	0,18g	0,28g
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacska tészta	264,54kcal	7,32g	6,36g	44,46g	2,40g	0,12g	0,78g
Tanyasi sült csirkemell (felnőtt 2) Összetétel: Csemege paprika, Csirkemell filé, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	151,14kcal	20,88g	3,69g	7,78g	0,19g	0,15g	0,31g
Tápai legényfogó leves Összetétel: Citromlé 40%, Csirkemáj, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	120,16kcal	10,99g	4,25g	8,82g	1,77g	0,48g	0,38g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő 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	106,43kcal	2,62g	3,66g	14,52g	1,23g	0,30g	0,85g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,26g	2,00g
Tejbegríz Összetétel: Búza dara, Kristálycukor, Tej '1,5%'	211,00kcal	8,55g	3,25g	36,55g	18,20g	0,20g	1,80g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '1,5%'	133,68kcal	6,29g	2,92g	20,38g	17,76g	0,20g	1,72g
Teljes kiőrlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	35,84kcal	1,39g	0,16g	7,22g	0,10g	0,22g	0,06g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű 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	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,12g	0,68g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	70,78kcal	3,11g	5,39g	0,47g	0,11g	0,30g	1,84g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

[illegible]