

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.05.27.	Tejeskávé íz tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Sajt szórat (2)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Paradicsom;
	EN=275,80kcal FH=9,92g ZS=6,75g SZH=43,00g CK=13,69g SÓ=0,57g TZS=3,75g	EN=519,10kcal FH=22,23g ZS=26,75g SZH=62,45g CK=2,22g SÓ=1,24g TZS=3,08g	EN=191,00kcal FH=7,05g ZS=5,86g SZH=25,80g CK=0,50g SÓ=1,08g TZS=2,15g
KEDD 2024.05.28.	Citromos tea; Teavaj (2)*; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrófelfújt (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=231,17kcal FH=3,87g ZS=9,39g SZH=32,34g CK=8,66g SÓ=0,48g TZS=6,30g	EN=697,26kcal FH=29,83g ZS=24,92g SZH=86,69g CK=48,34g SÓ=3,56g TZS=5,96g	EN=184,30kcal FH=6,09g ZS=8,05g SZH=21,77g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,20g
SZERDA 2024.05.29.	Tejbegríz (1, 2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*;	Eperleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;	Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=291,97kcal FH=8,57g ZS=3,25g SZH=56,66g CK=38,21g SÓ=0,20g TZS=1,80g	EN=520,30kcal FH=23,88g ZS=14,75g SZH=64,85g CK=11,61g SÓ=0,32g TZS=1,38g	EN=169,35kcal FH=6,33g ZS=4,17g SZH=26,64g CK=0,70g SÓ=1,11g TZS=0,21g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.30.	Vaníliás tej (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Retek;
	EN=308,08kcal FH=10,53g ZS=6,59g SZH=50,65g CK=25,35g SÓ=0,60g TZS=3,62g	EN=484,67kcal FH=22,56g ZS=12,98g SZH=84,84g CK=7,98g SÓ=0,46g TZS=1,04g	EN=152,00kcal FH=4,85g ZS=2,60g SZH=25,30g CK=0,40g SÓ=0,68g TZS=0,95g
PÉNTEK 2024.05.31.	Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; F szeres törtburgonya (5)*; Szerenádsaláta; Joghurtos öntet (2)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Lilahagyma;
	EN=175,29kcal FH=4,48g ZS=2,54g SZH=33,34g CK=7,66g SÓ=0,71g TZS=0,65g	EN=571,68kcal FH=19,23g ZS=18,03g SZH=78,29g CK=2,45g SÓ=1,94g TZS=4,70g	EN=166,30kcal FH=6,25g ZS=5,28g SZH=23,68g CK=1,80g SÓ=1,07g TZS=2,15g

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=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.ovi.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
HÉTF 2024.06.03.	Csokoládé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;
	EN=239,91kcal FH=9,73g ZS=4,17g SZH=40,33g CK=10,83g SÓ=0,67g TZS=2,40g	EN=596,65kcal FH=21,33g ZS=17,79g SZH=85,39g CK=19,05g SÓ=0,53g TZS=1,93g	EN=212,54kcal FH=6,57g ZS=8,09g SZH=28,11g CK=0,38g SÓ=1,19g TZS=3,06g
KEDD 2024.06.04.	Meggyes gyümölcs Tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Zöldborsós csirkeragu (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma;	Sajtos szál (1, 2)*;
	EN=189,54kcal FH=6,43g ZS=5,65g SZH=28,02g CK=7,45g SÓ=1,11g TZS=1,98g	EN=521,84kcal FH=22,96g ZS=14,05g SZH=71,61g CK=4,99g SÓ=0,50g TZS=1,82g	EN=229,00kcal FH=4,00g ZS=14,80g SZH=19,35g CK=0,85g SÓ=0,95g TZS=7,45g
SZERDA 2024.06.05. Hűsmentes nap	Limonádé; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Szárazbaleves (1, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=225,25kcal FH=4,04g ZS=8,65g SZH=32,45g CK=7,91g SÓ=0,64g TZS=5,75g	EN=554,63kcal FH=20,57g ZS=7,35g SZH=112,83g CK=38,94g SÓ=0,84g TZS=3,07g	EN=184,80kcal FH=6,14g ZS=8,07g SZH=21,87g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,21g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.06.	Tejeskávé ízű tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Cs tészta (1)*; Vegyes saláta;	Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=275,80kcal FH=9,92g ZS=6,75g SZH=43,00g CK=13,69g SÓ=0,57g TZS=3,75g	EN=573,84kcal FH=27,12g ZS=15,82g SZH=78,59g CK=12,27g SÓ=0,57g TZS=1,53g	EN=176,25kcal FH=6,63g ZS=4,23g SZH=27,84g CK=0,70g SÓ=1,11g TZS=0,21g
PÉNTEK 2024.06.07.	Erdei gyümölcs tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Lekvár; Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=187,44kcal FH=5,93g ZS=4,71g SZH=30,07g CK=7,30g SÓ=1,16g TZS=2,94g	EN=504,97kcal FH=29,58g ZS=14,48g SZH=79,41g CK=5,80g SÓ=0,67g TZS=1,05g	EN=251,10kcal FH=4,09g ZS=5,82g SZH=44,64g CK=19,99g SÓ=0,47g TZS=2,47g

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=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.06.10.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Sajtós korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Alma bef tt;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g	EN=585,59kcal FH=20,35g ZS=23,45g SZH=107,85g CK=11,41g SÓ=1,72g TZS=4,55g	EN=180,65kcal FH=6,30g ZS=5,31g SZH=26,80g CK=0,84g SÓ=1,07g TZS=2,00g
KEDD 2024.06.11.	Tej (2)*; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Fokhagymakrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Briós (1, 2, 3)*;
	EN=260,10kcal FH=12,94g ZS=9,47g SZH=30,89g CK=9,70g SÓ=1,56g TZS=3,38g	EN=672,98kcal FH=23,77g ZS=26,24g SZH=83,53g CK=8,03g SÓ=1,10g TZS=3,29g	EN=196,00kcal FH=3,95g ZS=3,75g SZH=35,80g CK=11,75g SÓ=0,35g TZS=1,85g
SZERDA 2024.06.12.	Madártej ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Zöldségleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=294,12kcal FH=10,53g ZS=6,60g SZH=47,14g CK=15,36g SÓ=0,60g TZS=3,63g	EN=556,15kcal FH=21,02g ZS=22,42g SZH=76,17g CK=7,28g SÓ=3,00g TZS=0,65g	EN=141,20kcal FH=7,17g ZS=3,45g SZH=20,52g CK=0,40g SÓ=1,19g TZS=1,12g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.13.	Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Tápai legényfogyó leves (1, 2, 3, 5)*; Halrudacsok panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=200,32kcal FH=7,71g ZS=2,18g SZH=36,89g CK=11,20g SÓ=0,63g TZS=0,04g	EN=560,82kcal FH=24,07g ZS=18,76g SZH=68,58g CK=3,11g SÓ=1,64g TZS=1,87g	EN=160,20kcal FH=6,76g ZS=5,85g SZH=20,71g CK=0,42g SÓ=1,15g TZS=1,98g
PÉNTEK 2024.06.14.	Limonádé; Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Felvidéki vegyes leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Borsos tokány (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=217,10kcal FH=6,09g ZS=8,05g SZH=29,17g CK=7,64g SÓ=0,95g TZS=1,20g	EN=623,12kcal FH=22,36g ZS=28,12g SZH=59,73g CK=4,49g SÓ=1,82g TZS=1,28g	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=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.06.17.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=236,80kcal FH=10,70g ZS=5,90g SZH=33,65g CK=9,75g SÓ=0,90g TZS=3,76g	EN=500,32kcal FH=16,47g ZS=22,97g SZH=72,58g CK=13,84g SÓ=0,39g TZS=1,19g	EN=254,30kcal FH=4,59g ZS=6,80g SZH=42,44g CK=4,94g SÓ=0,36g TZS=1,87g
KEDD 2024.06.18.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Korianderes karfiolkrém leves (2, 5)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Pásztor bulgur csirkével, kolbásszal (1, 4, 5)*; Uborkasaláta;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=267,75kcal FH=7,82g ZS=7,43g SZH=37,00g CK=8,16g SÓ=1,39g TZS=2,48g	EN=580,17kcal FH=26,23g ZS=21,55g SZH=61,16g CK=6,85g SÓ=0,71g TZS=2,32g	EN=153,74kcal FH=4,07g ZS=3,56g SZH=25,51g CK=1,66g SÓ=0,51g TZS=0,60g
SZERDA 2024.06.19. Hűsmentes nap	Limonádé; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Pritaminos sajtelfűjt (1, 2, 3)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=204,38kcal FH=7,03g ZS=5,84g SZH=28,17g CK=7,70g SÓ=0,93g TZS=2,02g	EN=580,12kcal FH=28,71g ZS=15,95g SZH=76,05g CK=19,32g SÓ=1,49g TZS=7,45g	EN=248,88kcal FH=5,27g ZS=11,00g SZH=31,69g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=6,20g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.20.	Tejbegríz (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Tanyasi sült csirkemell (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vajas fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=290,08kcal FH=9,35g ZS=4,09g SZH=52,99g CK=34,20g SÓ=0,20g TZS=2,32g	EN=546,53kcal FH=36,60g ZS=9,36g SZH=73,58g CK=1,63g SÓ=0,81g TZS=1,27g	EN=204,63kcal FH=6,51g ZS=8,48g SZH=25,58g CK=0,64g SÓ=1,22g TZS=3,17g
PÉNTEK 2024.06.21.	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Lekváros bukta (1, 2, 3)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=281,52kcal FH=6,43g ZS=8,63g SZH=43,13g CK=16,72g SÓ=0,43g TZS=6,11g	EN=441,46kcal FH=13,99g ZS=15,98g SZH=57,75g CK=19,02g SÓ=0,67g TZS=2,43g	EN=170,40kcal FH=6,72g ZS=5,71g SZH=23,07g CK=1,92g 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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

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
HÉTF 2024.06.24.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Bakonyi szárnyasragu leves (1, 2, 3, 5)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;
	EN=198,24kcal FH=7,13g ZS=5,91g SZH=29,28g CK=7,45g SÓ=1,15g TZS=1,98g	EN=586,30kcal FH=28,16g ZS=29,70g SZH=45,29g CK=1,40g SÓ=0,58g TZS=1,67g	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g
KEDD 2024.06.25.	Eper íz tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Kukoricás rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=258,11kcal FH=9,78g ZS=6,16g SZH=38,98g CK=10,88g SÓ=0,76g TZS=3,00g	EN=661,65kcal FH=23,78g ZS=33,60g SZH=80,99g CK=2,62g SÓ=1,80g TZS=4,49g	EN=175,70kcal FH=7,24g ZS=6,50g SZH=22,00g CK=0,29g SÓ=1,30g TZS=1,38g
SZERDA 2024.06.26.	Csipkebogyó tea; Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Kigyóuborka;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sajtós pogácsa (1, 2)*; Alma;
	EN=276,72kcal FH=5,34g ZS=10,97g SZH=38,38g CK=7,48g SÓ=0,62g TZS=6,20g	EN=546,97kcal FH=34,98g ZS=15,47g SZH=106,92g CK=1,39g SÓ=1,53g TZS=1,73g	EN=227,60kcal FH=5,19g ZS=7,10g SZH=34,55g CK=0,90g SÓ=1,35g TZS=3,55g
CSÜTÖRTÖK 2024.06.27.	Limonádé; Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Brokkolikrémleves gyöngyagyalóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Olaszos rakott tészta (1, 2)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=180,10kcal FH=5,51g ZS=3,95g SZH=29,83g CK=7,59g SÓ=1,25g TZS=2,43g	EN=543,06kcal FH=23,27g ZS=20,02g SZH=65,18g CK=6,89g SÓ=0,82g TZS=2,59g	EN=177,35kcal FH=6,30g ZS=5,28g SZH=26,11g CK=0,84g SÓ=1,07g TZS=2,00g
PÉNTEK 2024.06.28.	Tiramisu ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*;	Gyümölcsös keksz 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Alma;
	EN=293,65kcal FH=10,53g ZS=6,59g SZH=47,13g CK=15,36g SÓ=0,60g TZS=3,62g	EN=510,78kcal FH=25,55g ZS=14,04g SZH=67,56g CK=9,93g SÓ=0,39g TZS=1,30g	EN=225,70kcal FH=4,04g ZS=8,80g SZH=30,90g CK=0,00g SÓ=0,40g TZS=0,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.ovi.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

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamín 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
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	59,50kcal	0,00g	0,00g	54,60g	9,24g	0,00g	0,00g
Bakonyi szárnysraguleves Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	108,83kcal	10,05g	4,78g	5,83g	1,06g	0,17g	0,24g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	160,65kcal	8,41g	11,53g	4,83g	3,24g	0,45g	0,62g
Borsos tokány Összetétel: Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	236,37kcal	12,63g	18,79g	2,59g	0,32g	0,12g	0,22g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	196,00kcal	3,95g	3,75g	35,80g	11,75g	0,35g	1,85g
Brokkolirémleves gyöngyagylóval Összetétel: Burgonya, Étélizősítósó 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	87,87kcal	3,46g	2,74g	11,33g	1,42g	0,25g	0,24g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	269,29kcal	6,40g	6,17g	40,46g	1,41g	0,10g	0,80g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	222,90kcal	5,43g	5,49g	34,50g	1,38g	0,15g	2,22g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,88kcal	2,16g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,52g
Csikós tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizősítósó 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%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	188,48kcal	8,25g	9,36g	17,25g	0,00g	1,13g	2,89g
Csirke pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, 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
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	113,06kcal	6,20g	3,01g	15,56g	9,20g	0,20g	1,80g
Csorbaleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyán, Őrölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	156,56kcal	7,72g	10,40g	6,75g	0,79g	0,49g	0,13g
Cs tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes csó tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,17g	0,68g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	132,15kcal	3,85g	3,79g	19,70g	0,71g	0,23g	0,53g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,64kcal	2,16g	5,64g	0,06g	0,06g	0,48g	2,28g
Eper íz tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	113,26kcal	6,20g	3,00g	14,16g	9,20g	0,20g	1,80g
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
Erdői gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	42,72kcal	1,42g	0,16g	8,90g	0,21g	0,22g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,15kcal	4,01g	0,45g	25,02g	0,59g	0,63g	0,05g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,74kcal	1,96g	0,22g	12,23g	0,29g	0,31g	0,02g
Felvidéki vegyes leves Összetétel: 10%-os ételectet, Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	86,86kcal	2,42g	2,99g	11,62g	1,56g	0,23g	0,23g
Fokhagymakrémleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	108,28kcal	3,27g	2,32g	18,21g	1,48g	0,15g	0,11g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	171,60kcal	3,95g	3,80g	29,54g	4,94g	0,36g	1,87g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Galuska Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, főzővíz'	370,90kcal	24,00g	10,20g	86,00g	0,00g	0,21g	1,00g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,18g	0,08g	0,48g	0,34g
Gyümölcsös keksz 'Teljes kiőrlés' Összetétel: Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	191,60kcal	3,60g	8,80g	23,20g	0,00g	0,40g	0,00g
Gyümölcsös kréjjoghurt Összetétel: Gyümölcsös kréjjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Halpaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé sűrítvény, Őrölt 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Halrudacska panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott	136,29kcal	7,44g	5,98g	12,84g	0,00g	0,77g	0,51g
Hargítai burgonyaleves Összetétel: Borsikafű, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	109,91kcal	3,08g	2,17g	18,07g	1,11g	0,20g	0,13g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop	215,71kcal	7,68g	7,43g	28,49g	0,28g	1,24g	2,48g
Húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levestörség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezelem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	202,84kcal	9,82g	13,28g	9,59g	0,56g	0,21g	0,29g
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	380,50kcal	16,01g	20,36g	42,78g	5,01g	2,58g	0,36g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	209,00kcal	2,70g	10,45g	25,35g	8,95g	0,35g	5,25g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	79,08kcal	0,80g	0,84g	16,44g	16,00g	0,00g	0,52g
Kenőmáj Összetétel: Kenőmáj	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	126,88kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kigyóborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Korianderes karfiolkréMLEVES Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fokhagyma, Koriander, Őrölt fekete bors, Petrezelem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	82,54kcal	2,72g	3,97g	8,02g	1,97g	0,17g	0,23g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezelem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	213,53kcal	5,56g	5,80g	51,74g	0,71g	0,15g	0,63g
Kuskusz Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Kuskusz, Őrölt fekete bors, Petrezelem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	282,92kcal	8,22g	6,77g	45,31g	2,72g	0,10g	0,86g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lekváros bukta Összetétel: Lekváros bukta 70g	259,00kcal	4,41g	4,27g	49,42g	16,59g	0,49g	2,17g
Lencseleves Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizetítő 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	176,08kcal	9,79g	3,47g	25,32g	1,35g	0,21g	0,25g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	32,80kcal	0,00g	0,00g	7,40g	7,32g	0,00g	0,00g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	114,00kcal	6,20g	3,01g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	24,30kcal	0,40g	2,30g	0,50g	0,00g	0,04g	1,46g
Májguskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	158,41kcal	11,94g	4,46g	16,96g	1,33g	0,38g	0,32g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,12g	0,68g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	168,00kcal	2,40g	8,00g	20,60g	15,62g	0,00g	1,00g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, 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	132,58kcal	13,34g	5,23g	7,20g	4,38g	0,14g	0,23g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,12g	0,68g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,21kcal	9,71g	14,10g	4,61g	1,17g	0,11g	0,22g
Méz-mustáros csirke csikok Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	148,28kcal	15,01g	5,78g	8,92g	6,78g	0,12g	0,23g
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	48,60kcal	0,20g	3,00g	5,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,89kcal	0,55g	2,40g	0,74g	0,02g	0,04g	0,00g
Olaszos rakott tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	455,19kcal	19,81g	17,28g	53,86g	5,47g	0,56g	2,35g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	690kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomos leves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betűtészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	121,76kcal	2,84g	3,16g	20,29g	12,46g	0,14g	0,36g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos halpástétom	84,00kcal	2,23g	7,63g	1,58g	0,05g	0,33g	1,03g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	71,30kcal	3,02g	6,02g	1,19g	0,03g	0,67g	1,20g
Párolt rizs Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,35kcal	3,92g	5,71g	47,68g	0,21g	0,13g	0,60g
Pásztor bulgur csirkével, kolbással Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,48kcal	19,51g	12,48g	47,77g	0,88g	0,49g	2,09g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	213,48kcal	5,04g	3,36g	36,83g	0,00g	0,07g	0,30g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,91kcal	3,86g	4,78g	47,54g	0,08g	0,15g	0,50g
Pírtöltő tökmag Összetétel: Tökmag hántolt	62,30kcal	3,39g	5,05g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Pritaminos sajtfehérje Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	183,58kcal	12,11g	9,85g	10,50g	0,24g	0,82g	6,28g
Reszelt tészta leves Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	72,90kcal	2,13g	2,30g	10,71g	0,37g	0,21g	0,28g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	39,00kcal	3,13g	2,75g	0,38g	0,00g	0,25g	1,88g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	1,95g	4,26g	2,40g	0,00g	0,53g	2,76g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	146,63kcal	7,20g	7,56g	12,00g	0,00g	1,08g	2,20g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	193,50kcal	4,75g	7,10g	26,85g	0,90g	1,35g	3,55g
Sajtos szál Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	229,00kcal	4,00g	14,80g	19,35g	0,85g	0,95g	7,45g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	1,50g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizetítő 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: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	49,20kcal	2,33g	3,72g	1,62g	0,11g	0,48g	0,17g
Szárazbableves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	127,46kcal	6,60g	2,33g	19,22g	0,92g	0,17g	0,23g
Szárnycsípőleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	129,68kcal	10,18g	4,19g	11,43g	0,82g	0,18g	0,23g
Tanyasi sült csirkemell Összetétel: Csemege paprika, Csirkemell filé, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Szárnycsípő keverék	151,14kcal	20,88g	3,69g	7,78g	0,19g	0,15g	0,31g
Tápai legényfogó leves Összetétel: Citromlé 40%, Csirkemáj, Étélizetítő 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
Tarhonyleves 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	106,43kcal	2,62g	3,66g	14,52g	1,23g	0,30g	0,86g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,26g	2,00g
Tejbegríz Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Tej '1,5%'	211,00kcal	8,55g	3,25g	36,55g	18,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	255,25kcal	10,77g	3,96g	57,24g	21,73g	0,35g	2,30g
Tejcskávészó Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	100,90kcal	5,96g	2,85g	12,97g	8,74g	0,19g	1,71g
Tejcskávészó egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Tejcskávészó kenyér Összetétel: Tejcskávészó kenyér	35,84kcal	1,39g	0,16g	7,22g	0,10g	0,22g	0,06g
Tejcskávészó kenyér Összetétel: Tejcskávészó kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Tiramisú ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisú ízű tejesítős, Tej '1,5%'	113,53kcal	6,20g	3,00g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	70,78kcal	3,11g	5,39g	0,47g	0,11g	0,30g	1,84g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	212,98kcal	5,00g	3,36g	36,82g	0,00g	0,13g	0,30g
Túró Rudi Összetétel: Túró Rudi	101,40kcal	2,10g	5,04g	11,67g	10,56g	0,08g	4,29g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételectet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	23,86kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,05g	0,00g
Vajás fokhagymás törtburgonya Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	183,50kcal	4,54g	2,04g	33,27g	0,00g	0,22g	0,65g
Vaníliás krémtúró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Porcukor, Tejföl '12%', Vaníliás cukor	49,03kcal	3,64g	1,73g	4,50g	3,59g	0,00g	0,00g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	51,38kcal	0,84g	0,12g	11,45g	8,65g	0,07g	0,00g
Vegyes vágott Összetétel: Vegyes vágott	30,60kcal	0,92g	0,17g	5,06g	1,20g	1,37g	0,02g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	41,40kcal	2,80g	3,40g	0,36g	0,10g	0,44g	1,20g
Zöldborsóf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	227,92kcal	11,56g	3,71g	35,25g	17,68g	0,16g	1,02g
Zöldborsós csirkeragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	98,39kcal	11,68g	3,61g	4,07g	1,04g	0,09g	0,11g
Zöldf szerez halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	83,50kcal	2,18g	7,60g	1,48g	0,05g	0,33g	1,03g
Zöldség leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	98,82kcal	3,15g	1,90g	16,79g	2,07g	0,20g	0,27g