

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.01.	Csokoládé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=239,91kcal FH=9,73g ZS=4,17g SZH=40,33g CK=10,83g SÓ=0,67g TZS=2,40g	EN=574,05kcal FH=15,93g ZS=22,67g SZH=73,30g CK=24,71g SÓ=1,55g TZS=5,41g	EN=185,34kcal FH=6,42g ZS=8,15g SZH=21,61g CK=0,38g SÓ=1,19g TZS=3,06g
KEDD 2024.07.02.	Meggyes gyümölcs Tea; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Babgulyás (1, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Tejföl (2)*; Sajt szórat (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=163,14kcal FH=4,68g ZS=2,81g SZH=29,37g CK=7,30g SÓ=0,67g TZS=1,64g	EN=619,74kcal FH=27,00g ZS=24,24g SZH=71,49g CK=3,53g SÓ=0,95g TZS=3,93g	EN=197,00kcal FH=2,70g ZS=7,70g SZH=28,95g CK=9,85g SÓ=0,35g TZS=3,90g
SZERDA 2024.07.03.	Limonádé; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Gyrosos csirke csíkok (1)*; Forgatott burgonya;	Kefír (2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=194,80kcal FH=6,66g ZS=5,68g SZH=28,56g CK=7,74g SÓ=1,11g TZS=1,98g	EN=501,61kcal FH=28,10g ZS=22,39g SZH=41,18g CK=1,63g SÓ=1,08g TZS=0,86g	EN=216,85kcal FH=8,33g ZS=6,41g SZH=30,47g CK=7,33g SÓ=0,62g TZS=4,05g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.04.	Tejeskávé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Frankfurtilves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=227,75kcal FH=9,49g ZS=4,01g SZH=37,74g CK=10,37g SÓ=0,66g TZS=2,31g	EN=682,32kcal FH=14,95g ZS=22,62g SZH=97,76g CK=32,39g SÓ=1,38g TZS=6,75g	EN=159,90kcal FH=6,17g ZS=4,74g SZH=23,21g CK=0,27g SÓ=1,16g TZS=2,94g
PÉNTEK 2024.07.05.	Erdei gyümölcs tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Uborkasaláta;	Lekvár; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=209,24kcal FH=7,36g ZS=6,56g SZH=29,76g CK=7,32g SÓ=1,30g TZS=1,38g	EN=529,34kcal FH=19,56g ZS=21,74g SZH=61,50g CK=19,99g SÓ=0,38g TZS=0,62g	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=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 vezetője / kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.08.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlés 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=472,61kcal FH=26,02g ZS=23,31g SZH=34,32g CK=8,93g SÓ=0,99g TZS=1,56g	EN=131,29kcal FH=4,76g ZS=2,88g SZH=21,54g CK=0,29g SÓ=0,67g TZS=0,18g
KEDD 2024.07.09.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rizseshús (5)*; Vegyes saláta;	Briós (1, 2, 3)*;
	EN=181,14kcal FH=6,31g ZS=4,17g SZH=29,29g CK=7,41g SÓ=1,11g TZS=0,35g	EN=558,72kcal FH=18,18g ZS=25,18g SZH=80,14g CK=21,52g SÓ=0,37g TZS=1,17g	EN=196,00kcal FH=3,95g ZS=3,75g SZH=35,80g CK=11,75g SÓ=0,35g TZS=1,85g
SZERDA 2024.07.10.	Tiramisu ízű tej (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=349,93kcal FH=11,72g ZS=9,90g SZH=52,27g CK=15,20g SÓ=0,62g TZS=4,44g	EN=474,56kcal FH=27,45g ZS=12,11g SZH=52,36g CK=1,36g SÓ=0,38g TZS=0,47g	EN=162,00kcal FH=6,66g ZS=5,68g SZH=21,16g CK=0,42g SÓ=1,11g TZS=1,98g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.11.	Limonádé; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;
	EN=233,83kcal FH=6,21g ZS=8,45g SZH=32,47g CK=7,96g SÓ=1,22g TZS=3,17g	EN=570,07kcal FH=19,13g ZS=24,24g SZH=60,23g CK=2,46g SÓ=0,68g TZS=1,89g	EN=236,20kcal FH=10,79g ZS=8,28g SZH=28,72g CK=0,21g SÓ=1,22g TZS=4,67g
PÉNTEK 2024.07.12.	Gyümölcs tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túrós (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Lekvár;
	EN=192,44kcal FH=6,28g ZS=5,31g SZH=29,45g CK=7,56g SÓ=1,07g TZS=2,14g	EN=617,86kcal FH=25,60g ZS=20,06g SZH=84,82g CK=25,90g SÓ=3,57g TZS=3,68g	EN=241,62kcal FH=4,42g ZS=3,62g SZH=46,51g CK=21,16g SÓ=0,42g TZS=1,83g

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 2024.07.15.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=236,80kcal FH=10,70g ZS=5,90g SZH=33,65g CK=9,75g SÓ=0,90g TZS=3,76g	EN=536,52kcal FH=21,21g ZS=22,18g SZH=60,26g CK=5,42g SÓ=1,39g TZS=0,94g	EN=168,75kcal FH=4,21g ZS=3,45g SZH=30,22g CK=0,58g SÓ=0,63g TZS=0,04g
KEDD 2024.07.16.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Brokkolikrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Milánói szósz hússal (1)*; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;
	EN=267,75kcal FH=7,82g ZS=7,43g SZH=37,00g CK=8,16g SÓ=1,39g TZS=2,48g	EN=649,69kcal FH=24,02g ZS=27,04g SZH=75,12g CK=7,34g SÓ=1,14g TZS=3,40g	EN=182,00kcal FH=6,25g ZS=4,86g SZH=26,65g CK=0,35g SÓ=1,13g TZS=3,11g
SZERDA 2024.07.17.	Erdei gyümölcs tea; Liga Margarin; Molnárika (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Vegyes saláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=224,04kcal FH=4,08g ZS=5,91g SZH=37,45g CK=12,03g SÓ=0,47g TZS=2,63g	EN=609,17kcal FH=18,94g ZS=20,14g SZH=80,64g CK=9,79g SÓ=1,32g TZS=4,84g	EN=181,68kcal FH=6,13g ZS=8,45g SZH=20,34g CK=0,32g SÓ=1,22g TZS=3,30g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.18.	Limonádé; Sonkakerém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Rizibizi (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Liga Margarin; Kifli (1, 2)*; Paradicsom;
	EN=182,80kcal FH=6,24g ZS=4,17g SZH=29,32g CK=7,70g SÓ=1,11g TZS=0,35g	EN=614,28kcal FH=23,11g ZS=23,29g SZH=94,81g CK=4,52g SÓ=1,40g TZS=1,46g	EN=151,75kcal FH=3,88g ZS=3,22g SZH=26,02g CK=1,68g SÓ=0,56g TZS=1,20g
PÉNTEK 2024.07.19.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=268,12kcal FH=10,33g ZS=6,59g SZH=40,86g CK=15,56g SÓ=0,66g TZS=3,82g	EN=644,74kcal FH=19,13g ZS=25,83g SZH=80,94g CK=19,20g SÓ=0,26g TZS=1,92g	EN=160,20kcal FH=6,76g ZS=5,85g SZH=20,70g CK=0,42g SÓ=1,15g 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 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 kérheti az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.22.	Eper-meggy gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=196,44kcal FH=6,73g ZS=5,71g SZH=29,22g CK=7,45g SÓ=1,11g TZS=1,98g	EN=562,87kcal FH=26,20g ZS=30,79g SZH=41,63g CK=1,17g SÓ=1,71g TZS=7,60g	EN=219,85kcal FH=8,63g ZS=6,56g SZH=30,77g CK=7,63g SÓ=0,62g TZS=4,20g
KEDD 2024.07.23.	Csokoládé ízű tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Halrudacs kák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=271,51kcal FH=10,49g ZS=5,54g SZH=44,28g CK=9,41g SÓ=0,92g TZS=2,72g	EN=609,40kcal FH=22,46g ZS=27,78g SZH=61,66g CK=1,91g SÓ=1,37g TZS=1,78g	EN=158,00kcal FH=6,21g ZS=5,28g SZH=21,39g CK=0,53g SÓ=1,07g TZS=2,14g
SZERDA 2024.07.24.	Tej (2)*; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kukoricás rizs (5)*; Vegyes saláta;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=261,10kcal FH=9,96g ZS=11,65g SZH=29,73g CK=9,67g SÓ=0,90g TZS=7,88g	EN=623,01kcal FH=35,58g ZS=16,73g SZH=88,90g CK=24,69g SÓ=0,37g TZS=1,04g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g
CSÜTÖRTÖK 2024.07.25.	Limonádé; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; szibarack;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=206,15kcal FH=5,13g ZS=4,66g SZH=34,30g CK=8,95g SÓ=1,09g TZS=2,85g	EN=513,64kcal FH=23,36g ZS=13,21g SZH=66,84g CK=8,07g SÓ=0,40g TZS=1,26g	EN=191,45kcal FH=7,03g ZS=6,47g SZH=26,21g CK=0,61g SÓ=1,30g TZS=1,25g
PÉNTEK 2024.07.26.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Francia hagymakrémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; szibarack;
	EN=190,79kcal FH=7,98g ZS=2,35g SZH=32,37g CK=7,42g SÓ=0,71g TZS=0,35g	EN=575,16kcal FH=21,27g ZS=22,81g SZH=70,20g CK=6,39g SÓ=1,12g TZS=2,82g	EN=225,22kcal FH=5,10g ZS=3,59g SZH=41,36g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g

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 vezetőjélt kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.07.29.	Tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Zöldborsóf zselé (1, 2)*; Alma;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=246,45kcal FH=10,29g ZS=5,53g SZH=38,12g CK=9,61g SÓ=0,98g TZS=2,92g	EN=534,63kcal FH=22,61g ZS=20,16g SZH=61,57g CK=18,53g SÓ=0,54g TZS=1,90g	EN=184,30kcal FH=6,09g ZS=8,05g SZH=21,77g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,20g
KEDD 2024.07.30.	Limonádé; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Briós (1, 2, 3)*;
	EN=214,80kcal FH=6,25g ZS=4,86g SZH=34,05g CK=7,67g SÓ=1,13g TZS=3,11g	EN=570,09kcal FH=33,44g ZS=16,12g SZH=69,80g CK=2,83g SÓ=0,75g TZS=0,57g	EN=196,00kcal FH=3,95g ZS=3,75g SZH=35,80g CK=11,75g SÓ=0,35g TZS=1,85g
SZERDA 2024.07.31.	Erdei gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=217,39kcal FH=6,44g ZS=6,56g SZH=32,55g CK=8,81g SÓ=0,99g TZS=2,40g	EN=551,55kcal FH=19,44g ZS=27,13g SZH=72,23g CK=4,31g SÓ=0,34g TZS=0,96g	EN=149,40kcal FH=4,12g ZS=3,45g SZH=25,50g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,18g
CSÜTÖRTÖK 2024.08.01.			
PÉNTEK 2024.08.02.			

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:

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 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 vezetőjélt kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő 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
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	160,64kcal	1,91g	1,26g	34,03g	24,13g	0,10g	0,17g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,64g	11,88g	69,12g	26,28g	0,60g	4,92g
Babgulyás Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tojás, Vöröshagyma	229,97kcal	12,58g	11,84g	16,73g	0,92g	0,20g	0,23g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	196,00kcal	3,95g	3,75g	35,80g	11,75g	0,35g	1,85g
Brokkoliréteves Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	85,67kcal	3,26g	3,10g	10,14g	1,14g	0,20g	0,23g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizetítő 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
Burgonyaf zelék Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	205,27kcal	5,06g	3,47g	35,23g	0,08g	0,18g	0,20g
Buzsáki leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	180,86kcal	8,82g	12,48g	6,78g	1,54g	0,22g	0,23g
Chilisbab Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Marha lábszár, Oregánó, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	334,86kcal	19,64g	11,49g	36,24g	1,29g	0,14g	0,23g
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
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
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
Csontleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	71,62kcal	1,98g	2,23g	10,60g	0,77g	0,20g	0,27g
Daragaluska Összetétel: Búzadara, Étélizetítő 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,64kcal	2,16g	5,64g	0,06g	0,06g	0,48g	2,28g
Dörögcsesi csirkeragu leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	121,96kcal	11,97g	5,49g	5,82g	0,89g	0,16g	0,23g
Eper-meggy 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
Erdői gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	97,41kcal	1,07g	0,68g	21,53g	15,48g	0,09g	0,20g
Erdői 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 csiga Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g	197,00kcal	2,70g	7,70g	28,95g	9,85g	0,35g	3,90g
Fasírt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás, Vöröshagyma	193,03kcal	8,29g	14,96g	5,29g	0,41g	0,21g	0,67g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	53,74kcal	1,96g	0,22g	12,23g	0,29g	0,31g	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	42,72kcal	1,42g	0,16g	8,90g	0,21g	0,22g	0,02g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pirított paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítvény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,47kcal	8,64g	9,50g	5,83g	3,21g	3,12g	2,98g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	202,36kcal	4,50g	4,22g	33,12g	0,00g	0,58g	0,40g
Francia hagymakrémléves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metéltóhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	73,65kcal	1,82g	2,27g	11,67g	2,76g	0,14g	0,13g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveleszöld, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	174,73kcal	3,21g	9,24g	14,55g	0,61g	0,63g	0,93g
Gyrosos csirke csikok Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyros fűszerkeverék, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	118,39kcal	14,79g	5,69g	1,28g	0,09g	0,28g	0,22g
Gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	116,79kcal	1,68g	1,30g	24,23g	15,01g	0,06g	0,33g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Halrudacska pánirozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska pánirozott	136,29kcal	7,44g	5,98g	12,84g	0,00g	0,77g	0,51g
Házi kőrözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	35,87kcal	3,68g	1,75g	1,08g	0,04g	0,11g	0,00g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	195,06kcal	10,31g	15,84g	1,47g	0,27g	0,37g	0,83g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop	215,71kcal	7,68g	7,43g	28,49g	0,28g	1,24g	2,48g
Húsgombódes Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezezyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	202,84kcal	9,82g	13,28g	9,59g	0,56g	0,21g	0,29g
Húsos rakott tészta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Főtt füstölt tarja, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	426,81kcal	18,24g	16,33g	50,57g	2,74g	0,85g	2,69g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	477,48kcal	19,08g	19,96g	53,11g	2,74g	0,31g	0,69g
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	209,00kcal	2,70g	10,45g	25,35g	8,95g	0,35g	5,25g
Karfiol leves Összetétel: Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezezyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	50,65kcal	1,77g	2,16g	5,72g	1,54g	0,18g	0,25g
Kefir Összetétel: Kefir	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	126,88kcal	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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér	113,85kcal	3,29g	0,36g	23,63g	0,09g	0,63g	0,18g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	213,53kcal	5,56g	5,80g	51,74g	0,71g	0,15g	0,63g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,75kcal	6,50g	5,75g	0,00g	0,00g	0,50g	3,75g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
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
Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	189,56kcal	5,80g	11,69g	14,19g	0,58g	0,54g	3,01g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	24,30kcal	0,40g	2,30g	0,50g	0,00g	0,04g	1,46g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félégyházi 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
Makaróni Összetétel: Étőlaj '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
Mákos metélt Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	264,54kcal	7,32g	6,36g	44,46g	2,40g	0,09g	0,78g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj '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%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,12g	0,68g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,21kcal	9,71g	14,10g	4,61g	1,17g	0,11g	0,22g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	159,97kcal	8,67g	11,55g	4,49g	2,90g	0,43g	0,62g
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	48,60kcal	0,20g	3,00g	5,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárika Összetétel: Molnárika 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,89kcal	0,55g	2,40g	0,74g	0,02g	0,04g	0,00g
Natúr baromfi érme Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Natúr baromfi érme Valdor	94,58kcal	5,40g	6,66g	3,06g	0,00g	0,81g	1,93g
Négyhagymás krémleves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	76,59kcal	1,98g	2,28g	11,88g	2,93g	0,10g	0,13g
Szibarack Összetétel: Őszibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	178,10kcal	8,97g	11,47g	8,18g	1,18g	0,16g	0,14g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő 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 betű tésztával 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: 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: Étélizetítő 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, Étélizetítő 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
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	129,27kcal	2,82g	3,06g	22,02g	0,00g	0,10g	0,30g
Pírtott tökmag Összetétel: Tökmag hántolt	62,30kcal	3,39g	5,05g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étélaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	425,64kcal	14,26g	16,24g	49,49g	0,43g	1,01g	4,30g
Rántott sajt 'mirelit' Összetétel: Étélaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	210,24kcal	9,75g	10,78g	19,50g	0,75g	0,83g	0,03g
Rizibizi Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étélaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	208,11kcal	5,88g	4,93g	51,81g	1,88g	0,11g	0,53g
Rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étélaj 'napraforgó', Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	385,58kcal	14,51g	21,90g	48,40g	0,41g	0,15g	0,81g
Rozmaringos sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étélaj 'napraforgó' sütéshez, Őrölt fekete bors, Rozmaring, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	241,31kcal	27,51g	9,50g	1,47g	0,32g	0,09g	0,07g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	39,00kcal	3,13g	2,75g	0,38g	0,00g	0,25g	1,88g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	1,95g	4,26g	2,40g	0,00g	0,53g	2,76g
Sárgaborsókrémleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étélaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló 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
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	49,20kcal	2,33g	3,72g	1,62g	0,11g	0,48g	0,17g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	232,51kcal	12,66g	16,84g	4,59g	0,36g	0,44g	1,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	171,70kcal	19,26g	7,09g	0,70g	0,01g	0,15g	0,09g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étélaj 'napraforgó'	235,64kcal	9,17g	21,84g	0,59g	0,20g	1,37g	7,17g
Tárkonyos csirkeragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étélaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	68,84kcal	7,31g	2,22g	4,42g	1,10g	0,44g	0,09g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,26g	2,00g
Tejeskávéiz tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	100,90kcal	5,96g	2,85g	12,97g	8,74g	0,19g	1,71g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	28,40kcal	0,68g	2,40g	0,80g	0,00g	0,01g	0,00g
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 zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	113,53kcal	6,20g	3,00g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	58,00kcal	7,00g	2,50g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Túrós tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,14g	0,68g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	23,86kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,05g	0,00g
Vaníliaöntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor	82,78kcal	3,10g	1,50g	14,10g	5,50g	0,15g	0,90g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	51,38kcal	0,84g	0,12g	11,45g	8,65g	0,07g	0,00g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	41,40kcal	2,80g	3,40g	0,36g	0,10g	0,44g	1,20g
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Ételizező só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	89,39kcal	3,16g	1,65g	14,84g	1,35g	0,15g	0,07g
Zöldbabf zselé Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	171,26kcal	6,06g	4,25g	25,31g	7,47g	0,11g	0,38g
Zöldborsóf zselé 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
Zöldborsóleves Összetétel: Ételizező só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	66,70kcal	2,85g	1,81g	9,29g	2,27g	0,17g	0,23g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	83,50kcal	2,18g	7,60g	1,48g	0,05g	0,33g	1,03g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g