

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.10.28.	Erdei gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Spenót (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=212,82kcal FH=6,19g ZS=8,45g SZH=27,72g CK=7,35g SÓ=1,22g TZS=3,30g	EN=572,19kcal FH=24,35g ZS=23,39g SZH=61,69g CK=8,70g SÓ=1,02g TZS=2,38g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
KEDD 2024.10.29.	Citromos tea; Gesztenyés párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=197,42kcal FH=2,85g ZS=7,20g SZH=29,73g CK=7,03g SÓ=0,30g TZS=3,25g	EN=524,32kcal FH=27,30g ZS=27,75g SZH=56,62g CK=1,33g SÓ=0,42g TZS=1,10g	EN=185,10kcal FH=4,32g ZS=8,71g SZH=22,75g CK=1,77g SÓ=0,64g TZS=5,88g
SZERDA 2024.10.30.	Csipkebogyó tea; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Süt tökrémleves (1, 2)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=176,54kcal FH=7,56g ZS=3,48g SZH=28,26g CK=7,43g SÓ=1,19g TZS=1,12g	EN=605,23kcal FH=23,29g ZS=24,15g SZH=71,26g CK=14,34g SÓ=0,97g TZS=3,23g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.31.	Tejeskávé íz tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Kigyóuborka;
	EN=227,75kcal FH=9,49g ZS=4,01g SZH=37,74g CK=10,37g SÓ=0,66g TZS=2,31g	EN=532,69kcal FH=25,25g ZS=17,93g SZH=60,58g CK=4,00g SÓ=0,84g TZS=0,59g	EN=183,70kcal FH=6,60g ZS=5,43g SZH=25,34g CK=0,61g SÓ=1,04g TZS=2,31g
PÉNTEK 2024.11.01.			

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 2024.11.04.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Halrudacskák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Törtburgonya (5)*; Vegyes saláta;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;
	EN=212,90kcal FH=10,34g ZS=5,65g SZH=30,35g CK=9,70g SÓ=0,93g TZS=2,18g	EN=530,50kcal FH=15,06g ZS=11,12g SZH=87,60g CK=23,66g SÓ=1,04g TZS=1,15g	EN=236,20kcal FH=10,79g ZS=8,28g SZH=28,72g CK=0,21g SÓ=1,22g TZS=4,67g
KEDD 2024.11.05.	Zöldtea-citrusos; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Méz; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=208,89kcal FH=6,52g ZS=5,65g SZH=32,74g CK=7,76g SÓ=1,11g TZS=1,84g	EN=618,03kcal FH=25,01g ZS=17,73g SZH=100,98g CK=43,72g SÓ=0,73g TZS=2,62g	EN=154,80kcal FH=4,00g ZS=2,45g SZH=30,23g CK=10,17g SÓ=0,72g TZS=0,78g
SZERDA 2024.11.06.	Erdei gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; F tt burgonya 1/2;	Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=225,67kcal FH=7,49g ZS=5,87g SZH=33,38g CK=7,72g SÓ=0,93g TZS=1,88g	EN=510,25kcal FH=18,14g ZS=18,91g SZH=68,25g CK=16,68g SÓ=0,41g TZS=0,80g	EN=189,60kcal FH=4,00g ZS=5,80g SZH=29,59g CK=4,99g SÓ=0,45g TZS=2,47g
CSÜTÖRTÖK 2024.11.07.	Tej (2)*; Almás táská (1, 2, 3, 4, 6, 12, 13)*;	Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Sajt szórat (2)*; Tejföl (2)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=255,50kcal FH=8,65g ZS=12,05g SZH=27,95g CK=9,40g SÓ=0,56g TZS=6,05g	EN=491,50kcal FH=20,28g ZS=22,10g SZH=51,42g CK=3,70g SÓ=0,69g TZS=3,92g	EN=185,28kcal FH=6,42g ZS=8,48g SZH=20,86g CK=0,32g SÓ=1,22g TZS=3,30g
PÉNTEK 2024.11.08.	Madártej ízű tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Alföldileves csipetkével (1, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=288,90kcal FH=10,16g ZS=6,92g SZH=45,70g CK=14,15g SÓ=0,58g TZS=3,84g	EN=526,64kcal FH=17,43g ZS=26,52g SZH=52,23g CK=1,52g SÓ=1,91g TZS=7,65g	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 / kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.11.11.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Tárkonyos sertésragu leves (1, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Alma;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=513,65kcal FH=15,33g ZS=23,01g SZH=59,04g CK=17,70g SÓ=0,53g TZS=0,56g	EN=207,03kcal FH=6,58g ZS=8,54g SZH=25,97g CK=0,64g SÓ=1,22g TZS=3,17g
KEDD 2024.11.12.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Rizibizi (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Lillahagyma;
	EN=165,09kcal FH=7,60g ZS=2,20g SZH=28,41g CK=7,34g SÓ=0,74g TZS=0,18g	EN=611,80kcal FH=26,23g ZS=23,91g SZH=88,42g CK=4,55g SÓ=1,93g TZS=4,41g	EN=185,65kcal FH=6,33g ZS=5,28g SZH=28,40g CK=2,12g SÓ=1,07g TZS=2,02g
SZERDA 2024.11.13.	Eper-meggy gyümölcs tea; F tt tojás (3)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=223,29kcal FH=8,98g ZS=6,86g SZH=28,04g CK=7,53g SÓ=0,87g TZS=2,13g	EN=552,58kcal FH=22,29g ZS=21,83g SZH=63,83g CK=6,15g SÓ=1,37g TZS=0,92g	EN=150,00kcal FH=6,24g ZS=4,17g SZH=21,91g CK=0,38g SÓ=1,11g TZS=0,35g
CSÜTÖRTÖK 2024.11.14.	Csokoládé ízű tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Kukoricás kenyér (1)*;
	EN=260,56kcal FH=10,25g ZS=4,36g SZH=44,46g CK=11,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN=547,40kcal FH=17,10g ZS=19,41g SZH=69,78g CK=12,89g SÓ=1,16g TZS=4,66g	EN=171,45kcal FH=5,73g ZS=5,56g SZH=23,98g CK=0,24g SÓ=1,11g TZS=1,98g
PÉNTEK 2024.11.15.	Tej (2)*; Csokoládé íz krémes rúd (1, 2)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;
	EN=249,00kcal FH=8,85g ZS=10,35g SZH=29,60g CK=13,95g SÓ=0,56g TZS=5,35g	EN=489,20kcal FH=19,89g ZS=25,22g SZH=42,61g CK=9,91g SÓ=0,74g TZS=0,93g	EN=178,35kcal FH=4,88g ZS=2,65g SZH=33,37g CK=0,61g SÓ=0,67g TZS=0,04g

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 2024.11.18.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=262,90kcal FH=9,96g ZS=6,91g SZH=39,43g CK=14,35g SÓ=0,65g TZS=4,04g	EN=619,65kcal FH=22,26g ZS=21,73g SZH=79,83g CK=2,64g SÓ=1,36g TZS=1,24g	EN=188,58kcal FH=6,42g ZS=8,51g SZH=21,54g CK=0,32g SÓ=1,22g TZS=3,30g
KEDD 2024.11.19.	Csipkebogyó tea; Sajtos rúd (1, 2, 3)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Jégcsap retek;
	EN=258,64kcal FH=4,42g ZS=14,20g SZH=27,23g CK=7,93g SÓ=1,05g TZS=7,10g	EN=651,96kcal FH=26,04g ZS=20,06g SZH=92,52g CK=25,90g SÓ=3,57g TZS=3,68g	EN=164,40kcal FH=7,09g ZS=5,88g SZH=21,06g CK=0,42g SÓ=1,15g TZS=1,98g
SZERDA 2024.11.20.	Tej (2)*; Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*; Körte;	Liga Margarin; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;
	EN=237,40kcal FH=10,12g ZS=6,45g SZH=34,90g CK=9,67g SÓ=0,89g TZS=2,18g	EN=544,48kcal FH=17,65g ZS=23,48g SZH=79,85g CK=1,93g SÓ=0,68g TZS=1,68g	EN=254,40kcal FH=5,57g ZS=8,90g SZH=36,65g CK=6,05g SÓ=0,50g TZS=3,24g
CSÜTÖRTÖK 2024.11.21.	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Zöldségleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=265,03kcal FH=7,75g ZS=7,43g SZH=36,66g CK=8,16g SÓ=1,39g TZS=2,48g	EN=554,72kcal FH=22,01g ZS=21,62g SZH=66,46g CK=7,71g SÓ=1,01g TZS=3,45g	EN=163,20kcal FH=6,17g ZS=4,77g SZH=23,89g CK=0,27g SÓ=1,16g TZS=2,94g
PÉNTEK 2024.11.22.	Erdei gyümölcs tea; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Nyírségi gombóclevés (1, 2, 5)*; Sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggymártás (1, 2)*; Pírtott dara (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=234,88kcal FH=7,84g ZS=6,14g SZH=33,01g CK=7,48g SÓ=1,04g TZS=2,19g	EN=550,50kcal FH=27,18g ZS=13,61g SZH=69,62g CK=31,92g SÓ=0,58g TZS=0,83g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

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=Rákkfélek; 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.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 2024.11.25.	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Sajt szórat (2)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Paradicsom;
	EN=281,52kcal FH=6,43g ZS=8,63g SZH=43,13g CK=16,72g SÓ=0,43g TZS=6,11g	EN=519,10kcal FH=22,23g ZS=26,75g SZH=62,45g CK=2,22g SÓ=1,24g TZS=3,08g	EN=205,70kcal FH=4,64g ZS=8,86g SZH=25,48g CK=0,35g SÓ=0,61g TZS=6,05g
KEDD 2024.11.26.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=224,64kcal FH=4,82g ZS=7,10g SZH=34,23g CK=7,93g SÓ=1,35g TZS=3,55g	EN=655,49kcal FH=23,68g ZS=17,81g SZH=97,44g CK=34,40g SÓ=0,93g TZS=6,13g	EN=184,30kcal FH=6,09g ZS=8,05g SZH=21,77g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,20g
SZERDA 2024.11.27.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Kakaós csiga (1, 2)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=228,14kcal FH=3,02g ZS=9,75g SZH=30,93g CK=16,23g SÓ=0,47g TZS=4,90g	EN=564,04kcal FH=24,47g ZS=16,00g SZH=72,57g CK=16,61g SÓ=0,29g TZS=1,52g	EN=185,28kcal FH=6,42g ZS=8,48g SZH=20,86g CK=0,32g SÓ=1,22g TZS=3,30g
CSÜTÖRTÖK 2024.11.28.	Tiramisu ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=240,38kcal FH=9,73g ZS=4,16g SZH=40,43g CK=10,83g SÓ=0,67g TZS=2,40g	EN=502,57kcal FH=23,17g ZS=13,05g SZH=88,54g CK=8,18g SÓ=0,46g TZS=1,05g	EN=181,35kcal FH=6,75g ZS=5,68g SZH=25,88g CK=0,73g SÓ=1,11g TZS=1,84g
PÉNTEK 2024.11.29.	Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; F szeres törtburgonya (5)*; Vegyes saláta;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=175,29kcal FH=4,48g ZS=2,54g SZH=33,34g CK=7,66g SÓ=0,71g TZS=0,65g	EN=584,99kcal FH=17,94g ZS=16,62g SZH=85,21g CK=9,36g SÓ=1,56g TZS=3,73g	EN=154,40kcal FH=5,92g ZS=5,25g SZH=20,88g CK=0,53g SÓ=1,07g TZS=2,14g

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

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

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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldi leves csipetkével Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveleszöldség, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	97,03kcal	2,52g	2,25g	15,52g	0,79g	0,18g	0,26g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almás táska Összetétel: Fagy. Almás táska 50g, Fagy. Almás táska 70g	167,50kcal	2,65g	9,05g	18,55g	0,00g	0,30g	4,05g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,64g	11,88g	69,12g	26,28g	0,60g	4,92g
Bakonyi betyárleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	144,45kcal	7,28g	9,86g	5,56g	1,30g	0,17g	0,24g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	160,65kcal	8,41g	11,53g	4,83g	3,24g	0,45g	0,62g
Bugaci sertés szelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Petrezselyem zöld, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,09kcal	15,23g	8,13g	3,28g	0,34g	0,11g	0,38g
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
Csipekbogyó 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 raguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	147,90kcal	11,94g	4,43g	14,22g	2,63g	0,18g	0,31g
Csokoládé ízű krémes rúd Összetétel: Fagy. csokoládé ízű krémes rúd 50 g, Fagy. csokoládé ízű krémes rúd 70 g	161,00kcal	2,85g	7,35g	20,20g	4,55g	0,30g	3,35g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjезítésítő, Tej '1,5%'	113,06kcal	6,20g	3,01g	15,56g	9,20g	0,20g	1,80g
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveleszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlött 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 leves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	132,15kcal	3,85g	3,79g	19,70g	0,71g	0,23g	0,53g
Díós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	172,22kcal	4,88g	3,78g	29,64g	1,60g	0,09g	0,47g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor	190,8kcal	3,72g	11,40g	17,34g	15,00g	0,00g	0,00g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Erdi gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Erdi-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
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	58,74kcal	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
Filézt halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,47kcal	8,64g	9,50g	5,83g	3,21g	3,12g	2,98g
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
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	84,60kcal	2,25g	0,27g	16,56g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt tojás Összetétel: Tojás főzött, tisztított	73,35kcal	4,95g	4,41g	0,32g	0,18g	0,16g	1,35g
Fszeres törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizetítő 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
Gombakrémlés Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzötejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	64,63kcal	2,62g	1,98g	8,74g	0,72g	0,17g	0,37g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzötejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	129,88kcal	1,78g	1,66g	26,50g	15,01g	0,07g	0,33g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcsös krémsajoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 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, Őrölt 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, Virsli Pulyka Gallicoop	215,71kcal	7,68g	7,43g	28,49g	0,28g	1,24g	2,48g
Húsgombóc Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	196,77kcal	10,38g	12,32g	14,96g	0,34g	0,10g	0,10g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő 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
Jégcsap retek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g , Fagy. kakaós csiga 70g	197,00kcal	2,95g	9,75g	23,55g	9,20g	0,47g	4,90g
Karfiol leves Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	59,72kcal	2,08g	2,22g	7,53g	1,60g	0,19g	0,27g
Kelkáposzta f. zelek Összetétel: Burgonya, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	117,15kcal	3,88g	2,28g	19,53g	0,33g	0,13g	0,21g
Ken májas 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
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	283,09kcal	7,46g	6,21g	42,80g	1,25g	0,10g	0,80g
Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér	113,85kcal	3,29g	0,36g	23,63g	0,09g	0,63g	0,18g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevő k	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, Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritaminnaprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	102,87kcal	2,98g	1,93g	17,50g	1,45g	0,17g	0,25g
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	239,09kcal	12,80g	13,61g	14,74g	1,77g	0,15g	0,30g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma	11,90kcal	0,33g	0,03g	2,80g	1,27g	0,00g	0,01g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejélesztő, Tej '1,5%'	114,00kcal	6,20g	3,01g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Májgulusleves Összetétel: Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Örlött 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
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Meggy mártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	165,68kcal	2,08g	0,56g	37,40g	29,66g	0,06g	0,19g
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
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	36,00kcal	0,04g	0,00g	9,89g	9,85g	0,01g	0,00g
Mézes-mustáros csirke csikok Összetétel: Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Örlött 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 fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Nyírségi gombócleves Összetétel: Citromlé 40%, Csemege paprika, Étélizősítósó mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. nudli, Fagy. pritaminnaprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	83,85kcal	3,03g	2,90g	9,51g	2,25g	0,27g	0,24g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	69,0kcal	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
Paradicsommártás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	169,16kcal	3,43g	4,10g	29,19g	14,73g	0,09g	0,44g
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
Páslorleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	140,28kcal	3,86g	2,49g	24,38g	1,31g	0,19g	0,33g
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
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	71,24kcal	3,11g	5,45g	0,49g	0,11g	0,44g	1,84g
Pírtott dara Összetétel: Búza dara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	129,27kcal	2,82g	3,06g	22,02g	0,00g	0,10g	0,30g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Örlött 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: Étolaj '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', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	208,11kcal	5,88g	4,93g	51,81g	1,88g	0,11g	0,53g
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
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	193,50kcal	4,75g	7,10g	26,85g	0,90g	1,35g	3,55g
Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g, Fagy. sajtos rúd 70 g	227,50kcal	4,35g	14,20g	19,85g	0,90g	1,05g	7,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sárgaborsókrémleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étölaj '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
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étölaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kóménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	236,83kcal	12,66g	18,83g	2,54g	0,63g	0,12g	0,24g
Sertésrizottó Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	415,47kcal	16,49g	22,02g	53,33g	1,50g	0,82g	0,84g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	49,20kcal	2,33g	3,72g	1,62g	0,11g	0,48g	0,17g
Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étölaj '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, Étölaj 'napraforgó'	235,64kcal	9,17g	21,84g	0,59g	0,20g	1,37g	7,17g
Tárkonyos sertésragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	116,54kcal	6,29g	7,83g	4,36g	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
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	255,25kcal	10,77g	3,96g	57,24g	21,73g	0,35g	2,30g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	28,40kcal	0,68g	2,40g	0,80g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	49,28kcal	1,91g	0,22g	9,92g	0,13g	0,31g	0,09g
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 tejjelítő, 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
Tökf zselé Összetétel: 10%-os ételecet, Étölaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	131,48kcal	3,33g	3,94g	19,54g	8,38g	0,12g	0,34g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-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 Összetétel: Félzsíros tehéntúró	58,00kcal	7,00g	2,50g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Túró Rudi Összetétel: Túró Rudi	101,40kcal	2,10g	5,04g	11,67g	10,56g	0,03g	4,29g
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
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,43g	2,20g	0,65g	0,03g	0,04g	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, Kigolyó 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
Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	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
Zöldségleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. levestzöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	98,82kcal	3,15g	1,90g	16,79g	2,07g	0,20g	0,27g
Zöldtea-citrusos Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g