

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.12.02.	Tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Szárzabableves sertéshússal (1, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=235,50kcal FH=10,05g ZS=4,35g SZH=38,30g CK=11,30g SÓ=0,76g TZS=2,70g	EN=640,97kcal FH=26,00g ZS=16,80g SZH=106,98g CK=38,85g SÓ=0,80g TZS=3,06g	EN=178,44kcal FH=6,13g ZS=8,09g SZH=20,41g CK=0,38g SÓ=1,19g TZS=3,06g
KEDD 2024.12.03.	Erdei gyümölcs tea; Sonkakrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Halrudacskák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Lekvár; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=193,14kcal FH=6,67g ZS=4,23g SZH=31,72g CK=8,91g SÓ=1,11g TZS=0,35g	EN=463,64kcal FH=13,94g ZS=12,15g SZH=70,59g CK=16,86g SÓ=1,02g TZS=2,93g	EN=253,95kcal FH=4,13g ZS=8,67g SZH=40,10g CK=15,59g SÓ=0,66g TZS=5,75g
SZERDA 2024.12.04.	Madártej ízű tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Körte;	Kefír (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;
	EN=258,85kcal FH=9,78g ZS=6,17g SZH=40,49g CK=10,88g SÓ=0,76g TZS=3,00g	EN=528,07kcal FH=29,58g ZS=14,48g SZH=84,91g CK=5,80g SÓ=0,67g TZS=1,05g	EN=214,50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g CK=6,05g SÓ=0,75g TZS=3,75g
CSÜTÖRTÖK 2024.12.05.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Csemege uborka (11)*;	Magyaros vajkrém (2)*; Rozsos párna (1, 12)*;
	EN=186,82kcal FH=6,36g ZS=5,65g SZH=27,68g CK=7,45g SÓ=1,11g TZS=1,98g	EN=520,61kcal FH=29,18g ZS=15,44g SZH=64,50g CK=6,99g SÓ=1,29g TZS=1,38g	EN=193,98kcal FH=5,33g ZS=5,04g SZH=30,96g CK=0,45g SÓ=0,66g TZS=1,96g
PÉNTEK 2024.12.06.	Eper-meggy gyümölcs tea; Gesztenyés párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*; Csokoládé Mikulás (2, 6, 8)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=200,14kcal FH=2,92g ZS=7,20g SZH=30,07g CK=7,03g SÓ=0,30g TZS=3,25g	EN=1 143,02kcal FH=22,68g ZS=56,49g SZH=127,18g CK=5,07g SÓ=0,50g TZS=1,94g	EN=163,20kcal FH=6,17g ZS=4,77g SZH=23,89g CK=0,27g SÓ=1,16g TZS=2,94g

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.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
SZOMBAT 2024.12.07.	Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Metélt tészta (1)*; Sajt szórat (2)*; Tejföl (2)*;	Almás táská (1, 2, 3, 4, 6, 12, 13)*;
	EN=232,17kcal FH=6,28g ZS=8,45g SZH=32,45g CK=7,66g SÓ=1,22g TZS=3,17g	EN=549,89kcal FH=22,82g ZS=25,52g SZH=55,45g CK=2,96g SÓ=0,73g TZS=3,97g	EN=167,50kcal FH=2,65g ZS=9,05g SZH=18,55g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=4,05g
VASÁRNAP 2024.12.08.			

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.o.vi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.12.09.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Brokkolikrémleves gyöngyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Borsos tokány (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Méz; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=547,70kcal FH=20,44g ZS=27,24g SZH=69,30g CK=1,95g SÓ=0,51g TZS=1,07g	EN=154,80kcal FH=4,00g ZS=2,45g SZH=30,23g CK=10,17g SÓ=0,72g TZS=0,78g
KEDD 2024.12.10.	Tej (2)*; Sajtos rúd (1, 2, 3)*;	Burgonyaleves (1, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Cs tészta (1)*; Narancs;	Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=315,50kcal FH=10,35g ZS=17,20g SZH=29,25g CK=10,30g SÓ=1,31g TZS=9,10g	EN=590,25kcal FH=20,12g ZS=22,11g SZH=73,81g CK=5,03g SÓ=0,50g TZS=1,10g	EN=124,90kcal FH=4,34g ZS=2,65g SZH=20,95g CK=0,29g SÓ=0,67g TZS=0,18g
SZERDA 2024.12.11.	Citromos tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=219,87kcal FH=7,03g ZS=6,47g SZH=33,25g CK=7,64g SÓ=1,30g TZS=1,25g	EN=655,06kcal FH=22,30g ZS=18,77g SZH=96,42g CK=19,13g SÓ=0,59g TZS=2,03g	EN=154,40kcal FH=5,92g ZS=5,25g SZH=20,88g CK=0,53g SÓ=1,07g TZS=2,14g
CSÜTÖRTÖK 2024.12.12.	Csokoládé ízű tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Székelyhúsgombóc (1, 2, 3, 5, 6)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=260,56kcal FH=10,25g ZS=4,36g SZH=44,46g CK=11,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN=452,20kcal FH=19,18g ZS=21,16g SZH=48,73g CK=1,09g SÓ=4,63g TZS=0,88g	EN=215,90kcal FH=10,55g ZS=8,20g SZH=25,07g CK=0,64g SÓ=1,21g TZS=4,39g
PÉNTEK 2024.12.13.	Citromos tea; Kakaós csiga (1, 2)*;	Zöldségkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Céklasaláta (6, 15)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=225,42kcal FH=2,95g ZS=9,75g SZH=30,59g CK=16,23g SÓ=0,47g TZS=4,90g	EN=536,17kcal FH=17,77g ZS=14,15g SZH=79,34g CK=2,89g SÓ=2,58g TZS=3,28g	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 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
SZOMBAT 2024.12.14.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=268,12kcal FH=10,33g ZS=6,59g SZH=40,86g CK=15,56g SÓ=0,66g TZS=3,82g	EN=646,97kcal FH=23,52g ZS=25,82g SZH=75,80g CK=6,07g SÓ=2,06g TZS=0,75g	EN=173,35kcal FH=5,13g ZS=4,66g SZH=26,90g CK=1,63g SÓ=1,09g TZS=2,85g
VASÁRNAP 2024.12.15.			

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.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 kérheti az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.12.16.	Tej (2)*; Mogorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Tökf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;
	EN=256,75kcal FH=10,21g ZS=6,45g SZH=39,62g CK=9,99g SÓ=0,89g TZS=2,04g	EN=503,76kcal FH=20,10g ZS=21,94g SZH=53,48g CK=9,54g SÓ=0,89g TZS=0,85g	EN=148,80kcal FH=4,70g ZS=2,90g SZH=24,25g CK=0,35g SÓ=0,64g TZS=1,76g
KEDD 2024.12.17.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Lebbencsleves (1, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Alma bef tt;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;
	EN=267,75kcal FH=7,82g ZS=7,43g SZH=37,00g CK=8,16g SÓ=1,39g TZS=2,48g	EN=509,58kcal FH=25,81g ZS=13,78g SZH=125,51g CK=12,43g SÓ=0,93g TZS=1,09g	EN=171,00kcal FH=5,90g ZS=4,10g SZH=25,88g CK=0,35g SÓ=1,22g TZS=2,55g
SZERDA 2024.12.18.	Eper íz tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Korianderes karfiolkrém leves (2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=258,11kcal FH=9,78g ZS=6,16g SZH=38,98g CK=10,88g SÓ=0,76g TZS=3,00g	EN=647,23kcal FH=23,22g ZS=27,88g SZH=73,33g CK=8,51g SÓ=1,12g TZS=3,40g	EN=181,68kcal FH=6,13g ZS=8,45g SZH=20,34g CK=0,32g SÓ=1,22g TZS=3,30g
CSÜTÖRTÖK 2024.12.19.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN=202,72kcal FH=7,10g ZS=5,84g SZH=28,14g CK=7,40g SÓ=0,93g TZS=2,02g	EN=603,45kcal FH=35,47g ZS=14,08g SZH=71,73g CK=1,57g SÓ=0,72g TZS=0,66g	EN=218,75kcal FH=4,64g ZS=8,82g SZH=29,60g CK=0,16g SÓ=0,64g TZS=6,02g
PÉNTEK 2024.12.20.	Csokoládé ízű tej (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Filézett halászlé (5, 9)*; Diós búrkifli (1, 2, 4, 6)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=257,21kcal FH=10,62g ZS=5,55g SZH=41,53g CK=9,84g SÓ=0,91g TZS=2,44g	EN=486,41kcal FH=16,20g ZS=20,92g SZH=60,76g CK=6,30g SÓ=3,57g TZS=3,00g	EN=165,30kcal FH=6,66g ZS=5,71g SZH=21,84g CK=0,42g SÓ=1,11g TZS=1,98g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

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

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;

10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 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.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 2024.12.23.	Citromos tea; Sonkás májaskrém; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Gránátos kocka (1)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=192,82kcal FH=5,75g ZS=6,57g SZH=27,55g CK=7,30g SÓ=0,93g TZS=2,50g	EN=550,91kcal FH=19,43g ZS=17,41g SZH=75,82g CK=5,08g SÓ=0,56g TZS=0,94g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
KEDD 2024.12.24.			
SZERDA 2024.12.25.			
CSÜTÖRTÖK 2024.12.26.			
PÉNTEK 2024.12.27.			

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.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 2024.12.30.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Gyrosos csirke csíkok (1, 2, 11)*; Párolt gersli (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=238,47kcal FH=10,41g ZS=9,70g SZH=27,33g CK=7,30g SÓ=1,13g TZS=4,63g	EN=465,76kcal FH=23,22g ZS=14,71g SZH=57,45g CK=2,22g SÓ=1,51g TZS=1,10g	EN=210,35kcal FH=5,70g ZS=8,76g SZH=26,24g CK=1,68g SÓ=0,80g TZS=1,63g
KEDD 2024.12.31.	Citromos tea; Csirke májkrém 50g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Zöldséges rakott tészta (1, 2, 5)*; Alma;	Dzsem (13)*; Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*;
	EN=261,22kcal FH=9,56g ZS=11,40g SZH=29,78g CK=7,30g SÓ=1,28g TZS=2,93g	EN=665,49kcal FH=35,83g ZS=25,58g SZH=68,97g CK=10,24g SÓ=0,77g TZS=2,64g	EN=220,85kcal FH=3,53g ZS=4,66g SZH=39,77g CK=14,88g SÓ=0,47g TZS=1,30g
SZERDA 2025.01.01.	Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Sárgarépa;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt szórat (2)*;	Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=247,04kcal FH=10,91g ZS=5,91g SZH=37,59g CK=11,51g SÓ=0,93g TZS=2,04g	EN=563,52kcal FH=23,41g ZS=22,69g SZH=64,89g CK=8,25g SÓ=0,95g TZS=3,56g	EN=209,10kcal FH=3,99g ZS=8,65g SZH=30,21g CK=10,12g SÓ=0,65g TZS=5,88g
CSÜTÖRTÖK 2025.01.02.	Csokoládé ízű tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggymártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=260,56kcal FH=10,25g ZS=4,36g SZH=44,46g CK=11,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN=556,96kcal FH=26,28g ZS=14,95g SZH=70,82g CK=30,05g SÓ=0,52g TZS=1,08g	EN=187,90kcal FH=6,39g ZS=8,08g SZH=22,28g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,20g
PÉNTEK 2025.01.03.	Erdei gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Zsemle (1)*;
	EN=202,72kcal FH=7,10g ZS=5,84g SZH=28,14g CK=7,40g SÓ=0,93g TZS=2,02g	EN=609,41kcal FH=24,03g ZS=17,57g SZH=99,78g CK=43,51g SÓ=0,50g TZS=2,60g	EN=195,95kcal FH=6,19g ZS=4,79g SZH=31,07g CK=0,16g SÓ=1,16g TZS=3,08g

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 zsírok;
(* 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.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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Almás táská Összetétel: Fagy. almás táská 50g, Fagy. almás táská 70g	167,50kcal	2,65g	9,05g	18,55g	0,00g	0,30g	4,05g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	160,65kcal	8,41g	11,53g	4,83g	3,24g	0,45g	0,62g
Borsos tokány Összetétel: Étélizésítő só 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
Brokkolirémleves gyöngygyöngyóval Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngygyöngyó tészta, Vöröshagyma	87,87kcal	3,46g	2,74g	11,33g	1,42g	0,25g	0,24g
Burgonyaleves Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zeller zöld	93,34kcal	2,57g	1,76g	15,51g	1,16g	0,20g	0,18g
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
Céklasaláta Összetétel: Céklasaláta	20,48kcal	0,58g	0,04g	4,64g	1,20g	1,20g	0,00g
Citromos tea Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	28,42kcal	0,00g	0,00g	7,04g	7,03g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,88kcal	2,16g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,52g
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
Csirke májkrém 50g Összetétel: Csirke májkrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
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, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	147,66kcal	17,21g	7,00g	3,03g	0,51g	0,10g	0,32g
Csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	147,90kcal	11,94g	4,43g	14,22g	2,63g	0,18g	0,31g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Csokoládé Mikulás Összetétel: Csokoládé	569,00kcal	2,00g	32,00g	64,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveleszöldség, 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
Csós tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes csós tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,17g	0,68g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,64kcal	2,16g	5,64g	0,06g	0,06g	0,48g	2,28g
Diós búrkifli Összetétel: Diós búrkifli 50g, Diós búrkifli 70g	291,20kcal	5,60g	11,20g	42,70g	2,80g	0,14g	0,00g
Dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Eper ízű tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjезítésítő, Tej '1,5%'	113,26kcal	6,20g	3,00g	14,16g	9,20g	0,20g	1,80g
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 gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	104,45kcal	1,07g	0,68g	23,25g	15,48g	0,10g	0,20g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,74kcal	1,96g	0,22g	12,23g	0,29g	0,31g	0,02g
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
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő 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
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gesztenyész párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztenyész párna 50 g , Fagy. gesztenyész rúd 70 g	169,00kcal	2,85g	7,20g	22,70g	0,00g	0,30g	3,25g
Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	334,35kcal	9,41g	5,70g	59,79g	2,65g	0,38g	0,68g
Gyrosos csirke csikok Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. csirkerecomb gyros hús, Felső csirkerecomb 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
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
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	215,71kcal	7,68g	7,43g	28,49g	0,28g	1,24g	2,48g
Húsgombódes Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levestöldség, 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 tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizelő sós 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
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
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	79,08kcal	0,80g	0,84g	16,44g	16,00g	0,00g	0,52g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Ken májas Összetétel: Kenőmájas	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
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Korianderes karfiolkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizelő sós 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
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kuskusz Összetétel: Étélizelő sós 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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-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, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	102,87kcal	2,98g	1,93g	17,50g	1,45g	0,17g	0,25g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lencseleves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	176,05kcal	9,79g	3,47g	25,32g	1,35g	0,21g	0,25g
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
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejjélesztő, 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
Májgulusleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	158,41kcal	11,94g	4,46g	16,96g	1,33g	0,38g	0,32g
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
Mákos metélt Összetétel: Étolaj '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, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fűszerkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	132,55kcal	13,34g	5,23g	7,20g	4,38g	0,14g	0,23g
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
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	48,60kcal	0,20g	3,00g	5,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 gersli Összetétel: Árpagyöngy, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	267,35kcal	6,10g	6,73g	44,14g	0,21g	0,13g	0,60g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő 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, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', 'Só 'jódozott, főzővíz'	213,48kcal	5,04g	3,36g	36,83g	0,00g	0,07g	0,30g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,91kcal	3,86g	4,78g	47,54g	0,08g	0,15g	0,50g
Reszelt tészta leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt 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
Rúdvagált Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	220,31kcal	12,09g	15,42g	6,76g	0,50g	0,25g	0,21g
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 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
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	1,50g	0,00g	0,00g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizésítő 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
Sonkkrém Összetétel: Meccom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	49,20kcal	2,33g	3,72g	1,62g	0,11g	0,48g	0,17g
Sonkás májaskrém Összetétel: Sonkás májaskrém	63,60kcal	1,84g	6,12g	0,22g	0,00g	0,30g	2,32g
Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	171,70kcal	19,26g	7,09g	0,70g	0,01g	0,15g	0,09g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Szárazbaleves sertéshússal Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	229,82kcal	12,57g	11,84g	16,71g	0,91g	0,21g	0,23g
Szármag rizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	347,21kcal	22,83g	11,85g	53,40g	1,75g	0,76g	0,84g
Szármaggyúsleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő 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
Szarvacskateészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes szarvacskateészta	264,54kcal	7,32g	6,36g	44,46g	2,40g	0,12g	0,78g
Szekélyhúsgombóc Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	331,29kcal	15,28g	18,71g	28,21g	0,18g	4,12g	0,52g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	106,43kcal	2,62g	3,66g	14,52g	1,23g	0,30g	0,85g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,26g	2,00g
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
Teljeskiértés egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Teljeskiértés kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	49,28kcal	1,91g	0,22g	9,92g	0,13g	0,31g	0,09g
Teljeskiértés kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
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 zelék Összetétel: 10%-os ételectet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	151,82kcal	3,92g	4,00g	23,78g	8,38g	0,12g	0,34g
Törteburgonya 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
Vadás aprópecsenye Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	195,56kcal	9,57g	14,91g	4,49g	1,46g	0,14g	0,23g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,43g	2,20g	0,65g	0,03g	0,04g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.12.01.-től 2024.12.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	64,20kcal	2,32g	1,49g	9,68g	1,23g	0,24g	0,04g
Zöldborsleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	100,01kcal	4,29g	2,03g	15,57g	2,95g	0,17g	0,29g
Zöldborsós aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	184,66kcal	9,84g	14,05g	3,34g	1,12g	0,09g	0,24g
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
Zöldes ragott tészta Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étőlaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Oregánó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	483,48kcal	23,45g	21,15g	47,05g	7,62g	0,59g	2,33g
Zöldsgkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	113,74kcal	3,90g	1,39g	20,62g	1,69g	0,18g	0,09g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g