

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2026.06.01.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Buzsáki leves (2, 5, 11, 15)*; Metélt tészta (1)*; Sajt szórat (2)*; Tejföl (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=286,10kcal FH=10,30g ZS=8,60g SZH=40,90g CK=15,60g SÓ=0,80g TZS=4,40g	EN=586,60kcal FH=23,80g ZS=24,90g SZH=64,90g CK=4,20g SÓ=1,00g TZS=3,90g	EN=190,40kcal FH=6,50g ZS=8,10g SZH=22,80g CK=1,90g SÓ=1,20g TZS=3,10g
KEDD 2026.06.02.	Limonádé; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Tavaszi leves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Sárgaborsóf zelék (1, 5)*; Szelet kenyér (1)*;	Lekvár; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=196,00kcal FH=6,20g ZS=4,80g SZH=31,30g CK=7,60g SÓ=1,10g TZS=3,00g	EN=682,70kcal FH=32,30g ZS=25,10g SZH=78,20g CK=4,50g SÓ=1,10g TZS=0,90g	EN=199,70kcal FH=4,10g ZS=2,40g SZH=40,00g CK=15,60g SÓ=0,70g TZS=0,60g
SZERDA 2026.06.03.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Francia hagymakrémleves rizsszemtésztaival (1, 2, 3, 5, 6)*; Bácskai rizseshús (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=186,80kcal FH=6,30g ZS=5,60g SZH=27,60g CK=7,40g SÓ=1,10g TZS=2,00g	EN=512,70kcal FH=17,60g ZS=25,20g SZH=69,30g CK=7,30g SÓ=0,40g TZS=1,00g	EN=267,90kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=36,00g CK=11,00g SÓ=0,60g TZS=5,60g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.04.	Tejeskávé íz tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*;	Soproni felvágott (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldhagyma;
	EN=245,70kcal FH=9,50g ZS=6,00g SZH=37,80g CK=10,30g SÓ=0,80g TZS=2,90g	EN=577,70kcal FH=20,60g ZS=25,10g SZH=63,80g CK=4,30g SÓ=0,40g TZS=1,60g	EN=183,00kcal FH=6,80g ZS=6,90g SZH=23,20g CK=0,40g SÓ=1,10g TZS=2,60g
PÉNTEK 2026.06.05.	Eper-meggy gyümölcs tea; Petrezselymes tejfölöszturó (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tápai legényfogó leves (1, 2, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=167,80kcal FH=7,80g ZS=2,20g SZH=28,60g CK=7,30g SÓ=0,70g TZS=0,20g	EN=629,00kcal FH=22,80g ZS=17,80g SZH=91,60g CK=33,60g SÓ=1,30g TZS=6,20g	EN=183,20kcal FH=7,10g ZS=5,80g SZH=25,90g CK=0,70g SÓ=1,10g TZS=1,80g

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 2026.06.08.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Halrudacskák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=339,20kcal FH=8,80g ZS=7,60g SZH=56,70g CK=22,40g SÓ=0,60g TZS=4,60g	EN=511,10kcal FH=13,70g ZS=15,30g SZH=75,30g CK=16,80g SÓ=1,30g TZS=1,70g	EN=214,00kcal FH=4,90g ZS=7,20g SZH=31,90g CK=8,10g SÓ=0,60g TZS=1,60g
KEDD 2026.06.09.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Lilahagyma;
	EN=203,20kcal FH=7,00g ZS=6,40g SZH=28,90g CK=7,30g SÓ=1,30g TZS=1,40g	EN=496,10kcal FH=24,70g ZS=17,00g SZH=58,40g CK=3,80g SÓ=0,60g TZS=0,50g	EN=185,70kcal FH=6,30g ZS=5,20g SZH=28,40g CK=2,20g SÓ=1,00g TZS=2,00g
SZERDA 2026.06.10.	Liga Margarin; Tej (2)*; Napraforgómagos fonotkka (1, 2, 3)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=342,40kcal FH=11,50g ZS=11,90g SZH=46,00g CK=15,40g SÓ=0,80g TZS=5,20g	EN=589,90kcal FH=23,50g ZS=21,70g SZH=73,00g CK=8,50g SÓ=0,90g TZS=3,50g	EN=124,90kcal FH=4,30g ZS=2,60g SZH=20,90g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,20g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.11.	Pritamin paprikás túrókrém (2)*; Meggyes gyümölcs Tea; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11, 15)*; Párolt rizs (5)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Zöldpaprika;
	EN=252,10kcal FH=7,90g ZS=11,30g SZH=29,10g CK=7,60g SÓ=0,70g TZS=1,20g	EN=532,40kcal FH=26,10g ZS=25,90g SZH=63,40g CK=3,10g SÓ=0,70g TZS=1,70g	EN=179,30kcal FH=5,50g ZS=4,80g SZH=27,80g CK=1,60g SÓ=1,10g TZS=2,80g
PÉNTEK 2026.06.12.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Magyaros húsgombócleves (1, 2, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Alma;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;
	EN=188,60kcal FH=6,70g ZS=5,80g SZH=27,70g CK=7,40g SÓ=1,10g TZS=2,00g	EN=549,40kcal FH=20,90g ZS=16,90g SZH=89,20g CK=38,30g SÓ=0,70g TZS=3,10g	EN=227,50kcal FH=4,30g ZS=14,20g SZH=19,90g CK=0,90g SÓ=1,00g TZS=7,10g

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 2026.06.15.	Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Pritaminos sajt-felfújt (1, 2, 3)*; Spenótf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Méz; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=244,30kcal FH=11,90g ZS=7,70g SZH=32,10g CK=9,70g SÓ=1,40g TZS=5,00g	EN=572,10kcal FH=25,70g ZS=16,80g SZH=76,80g CK=9,60g SÓ=1,50g TZS=7,80g	EN=174,20kcal FH=4,00g ZS=2,40g SZH=34,90g CK=10,50g SÓ=0,70g TZS=0,60g
KEDD 2026.06.16.	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Szarvacska tészta (1)*;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Liga Margarin; Alma;
	EN=267,70kcal FH=7,90g ZS=7,40g SZH=37,00g CK=8,20g SÓ=1,40g TZS=2,50g	EN=613,30kcal FH=29,20g ZS=25,00g SZH=65,90g CK=5,00g SÓ=0,60g TZS=1,30g	EN=152,90kcal FH=4,30g ZS=2,40g SZH=28,00g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,80g
SZERDA 2026.06.17.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Olasz zöldségleves gyufatésztaival (1, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Vegyes saláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=232,30kcal FH=10,40g ZS=5,60g SZH=35,00g CK=10,00g SÓ=0,90g TZS=2,00g	EN=515,00kcal FH=26,50g ZS=14,60g SZH=84,20g CK=21,70g SÓ=1,10g TZS=1,10g	EN=181,70kcal FH=6,10g ZS=8,40g SZH=20,30g CK=0,30g SÓ=1,20g TZS=3,30g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.18.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Baracklekvár; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Karalábéleves (1, 3, 5)*; Mustáros sertéskaraj (feln tt 2) (1, 2, 3, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Szelet kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=199,10kcal FH=4,10g ZS=2,40g SZH=39,70g CK=19,30g SÓ=0,70g TZS=0,80g	EN=617,60kcal FH=27,40g ZS=19,50g SZH=78,50g CK=4,60g SÓ=1,20g TZS=3,10g	EN=248,90kcal FH=5,20g ZS=11,00g SZH=31,70g CK=0,40g SÓ=0,60g TZS=6,20g
PÉNTEK 2026.06.19.	Limonádé; Olasz felvágott (2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gombás sertés becsináltleves (1, 2, 3, 5)*; Barackos háromszög (1, 2)*; Szelet kenyér (1)*;	Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin; Alma;
	EN=201,40kcal FH=6,50g ZS=6,60g SZH=28,10g CK=7,70g SÓ=1,10g TZS=2,50g	EN=614,20kcal FH=18,10g ZS=22,90g SZH=82,20g CK=18,70g SÓ=1,40g TZS=4,90g	EN=172,30kcal FH=4,40g ZS=2,40g SZH=32,70g CK=0,60g SÓ=0,70g TZS=0,60g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

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

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

10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2026.06.22.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Fahéjas almaleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*; Majonéz (3, 11)*;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Sárgarépa;
	EN=268,10kcal FH=10,30g ZS=6,60g SZH=40,90g CK=15,60g SÓ=0,70g TZS=3,80g	EN=621,00kcal FH=16,60g ZS=21,60g SZH=82,30g CK=19,20g SÓ=1,60g TZS=4,60g	EN=166,40kcal FH=6,30g ZS=5,30g SZH=23,30g CK=2,10g SÓ=1,00g TZS=2,20g
KEDD 2026.06.23.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Félbarna kenyér (1)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=253,50kcal FH=10,00g ZS=6,40g SZH=38,30g CK=11,30g SÓ=0,90g TZS=3,30g	EN=555,40kcal FH=21,20g ZS=24,40g SZH=71,40g CK=5,90g SÓ=3,00g TZS=0,90g	EN=134,60kcal FH=4,70g ZS=2,90g SZH=22,20g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,20g
SZERDA 2026.06.24.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Tejfölös-kapros zöldbabf zelék (1, 2)*; Szelet kenyér (1)*;	Barackos háromszög (1, 2)*; Alma;
	EN=249,50kcal FH=8,40g ZS=4,60g SZH=41,30g CK=16,60g SÓ=0,80g TZS=3,10g	EN=607,60kcal FH=25,60g ZS=21,50g SZH=73,70g CK=8,20g SÓ=1,50g TZS=1,20g	EN=236,10kcal FH=3,20g ZS=7,20g SZH=38,60g CK=11,90g SÓ=0,20g TZS=3,30g
CSÜTÖRTÖK 2026.06.25.	Limonádé; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Fokhagymakrémleves gyöngykagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 2, 4, 6, 8, 13)*; Alma;
	EN=169,50kcal FH=7,60g ZS=2,10g SZH=28,80g CK=7,60g SÓ=0,70g TZS=0,20g	EN=542,40kcal FH=35,10g ZS=15,20g SZH=52,40g CK=1,80g SÓ=0,70g TZS=0,50g	EN=217,30kcal FH=3,60g ZS=6,00g SZH=36,50g CK=9,20g SÓ=0,20g TZS=3,00g
PÉNTEK 2026.06.26.	Gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;
	EN=238,50kcal FH=6,60g ZS=8,60g SZH=31,60g CK=7,40g SÓ=1,20g TZS=3,50g	EN=612,50kcal FH=17,50g ZS=14,20g SZH=101,60g CK=35,20g SÓ=0,60g TZS=0,60g	EN=211,90kcal FH=6,80g ZS=5,60g SZH=33,00g CK=0,70g SÓ=1,10g TZS=1,80g

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 vezetőjétől kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2026.06.29.	Erdei gyümölcs tea; Lekvár; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Pásztor bulgur (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=211,40kcal FH=4,10g ZS=2,40g SZH=42,70g CK=22,30g SÓ=0,70g TZS=0,80g	EN=579,30kcal FH=21,30g ZS=22,50g SZH=64,00g CK=2,70g SÓ=0,70g TZS=1,10g	EN=181,70kcal FH=6,40g ZS=4,80g SZH=28,30g CK=0,60g SÓ=1,10g TZS=2,80g
KEDD 2026.06.30.	Eper íz tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Teljes kiörlés kenyér (1)*; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Teavaj (2)*;
	EN=260,80kcal FH=10,20g ZS=4,40g SZH=43,10g CK=11,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN=589,00kcal FH=18,30g ZS=19,50g SZH=78,40g CK=16,90g SÓ=1,20g TZS=4,70g	EN=195,50kcal FH=7,10g ZS=9,60g SZH=20,50g CK=0,40g SÓ=1,10g TZS=6,20g
SZERDA 2026.07.01.			
CSÜTÖRTÖK 2026.07.02.			
PÉNTEK 2026.07.03.			

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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldleves 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	87,10kcal	2,50g	2,10g	13,70g	0,40g	0,20g	0,50g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,60g	11,90g	69,10g	26,30g	0,60g	4,90g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	394,90kcal	14,50g	22,80g	48,60g	0,40g	0,20g	0,90g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	49,20kcal	0,10g	0,00g	12,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 50g, Fagy. barackos háromszög 70g	202,00kcal	2,80g	7,20g	30,90g	11,90g	0,20g	3,30g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 70g	282,80kcal	3,80g	10,20g	43,30g	16,70g	0,40g	4,60g
Bolognai szósz Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	160,60kcal	8,40g	11,50g	4,80g	3,20g	0,40g	0,60g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	222,90kcal	5,40g	5,50g	34,50g	1,40g	0,10g	2,20g
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	180,90kcal	8,80g	12,50g	6,80g	1,50g	0,20g	0,20g
Chilisbab Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	374,50kcal	21,10g	14,50g	37,50g	2,80g	0,20g	0,20g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	28,40kcal	0,00g	0,00g	7,00g	7,00g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,90kcal	2,20g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,50g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	188,50kcal	8,20g	9,40g	17,20g	0,00g	1,10g	2,90g
Csirke raguleves Összetétel: Étélizetítő 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	11,90g	4,40g	14,20g	2,60g	0,20g	0,30g
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	78,90kcal	2,20g	2,30g	12,00g	0,80g	0,20g	0,30g
Csorbaleves Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyán, Őrölt fekete bors, Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tejföl '12%', Vöröshagyma	156,60kcal	7,70g	10,40g	6,80g	0,80g	0,50g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Daraguskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	132,20kcal	3,80g	3,80g	19,70g	0,70g	0,20g	0,50g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	326,70kcal	9,70g	3,80g	62,80g	2,40g	0,10g	0,50g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,60kcal	2,20g	5,60g	0,10g	0,10g	0,50g	2,30g
Eper íz tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	113,30kcal	6,20g	3,00g	14,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Erdői gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Erdői 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%'	104,50kcal	1,10g	0,70g	23,30g	15,50g	0,10g	0,20g
Erdői-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Fahéjas almaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	92,60kcal	0,70g	0,80g	19,90g	16,60g	0,10g	0,20g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Fejes káposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	36,20kcal	1,00g	0,10g	7,50g	4,00g	0,10g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,70kcal	2,00g	0,20g	12,20g	0,30g	0,30g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,20kcal	4,00g	0,40g	25,00g	0,60g	0,60g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	42,70kcal	1,40g	0,20g	8,90g	0,20g	0,20g	0,00g
Fokhagymakrémeleves gyöngyagylóval Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	88,40kcal	2,70g	2,30g	14,00g	1,50g	0,20g	0,10g
Fonotka Összetétel: Fonotka 50g	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Francia hagymakrémeleves rizszemléstésztával Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tojásos rizszemléstészta, Vöröshagyma	81,60kcal	2,10g	2,30g	13,20g	2,90g	0,10g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gombás sertés becsinált leves Összetétel: Étélizitív só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	171,20kcal	9,00g	12,10g	5,50g	1,20g	0,20g	0,20g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,20g	0,10g	0,50g	0,30g
Gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémm joghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Halrudacska pánirozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska pánirozott	136,30kcal	7,40g	6,00g	12,80g	0,00g	0,80g	0,50g
Házi kőrözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	35,90kcal	3,70g	1,70g	1,10g	0,00g	0,10g	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	195,10kcal	10,30g	15,80g	1,50g	0,30g	0,40g	0,80g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	215,70kcal	7,70g	7,40g	28,50g	0,30g	1,20g	2,50g
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	380,50kcal	16,00g	20,40g	42,80g	5,00g	2,60g	0,40g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Kakaókrém Összetétel: Kakaókrém	113,20kcal	1,00g	6,80g	11,60g	7,80g	0,00g	1,40g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	79,10kcal	0,80g	0,80g	16,40g	16,00g	0,00g	0,50g
Karalábé leves Összetétel: Étélizitív só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	48,30kcal	1,30g	2,10g	5,90g	2,40g	0,20g	0,20g
Karfiol leves Összetétel: Étélizitív 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	59,70kcal	2,10g	2,20g	7,50g	1,60g	0,20g	0,30g
Ken májas Összetétel: Kenőmájás	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,60g	0,30g	0,40g	2,00g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,10g	0,00g	1,10g	0,90g	0,20g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,80kcal	3,50g	1,20g	24,80g	1,60g	0,50g	0,60g
Kigyó uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örlött fekete bors, Petrezeelyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	283,10kcal	7,50g	6,20g	42,80g	1,30g	0,10g	0,80g
Kuszkusz Összetétel: Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Kuszkusz, Örlött fekete bors, Petrezeelyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	282,90kcal	8,20g	6,80g	45,30g	2,70g	0,10g	0,90g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamín paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Petrezeelyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	110,00kcal	3,20g	2,00g	19,00g	1,50g	0,20g	0,30g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,10g	0,00g	15,00g	15,00g	0,00g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma	11,90kcal	0,30g	0,00g	2,80g	1,30g	0,00g	0,00g
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	32,80kcal	0,00g	0,00g	7,40g	7,30g	0,00g	0,00g
Magyaros húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Petrezeelyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	181,00kcal	8,90g	12,10g	7,90g	0,60g	0,30g	0,30g
Magyaros sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pritamín paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma	241,00kcal	27,40g	9,50g	1,60g	0,30g	0,40g	0,10g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Örlött fekete bors, Petrezeelyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	164,10kcal	12,10g	4,50g	18,10g	1,50g	0,40g	0,30g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Megyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétláj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizeseítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,20kcal	9,70g	14,10g	4,60g	1,20g	0,10g	0,20g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	36,00kcal	0,00g	0,00g	9,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	4,00g	3,90g	30,00g	5,00g	0,40g	2,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mustáros sertéskaraj (feln tt 2) Összetétel: 'Fűszer' - Hűsüthető, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Tejföl '12%'	186,20kcal	15,40g	11,30g	4,70g	0,00g	0,10g	0,60g
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,50g	6,90g	36,60g	6,00g	0,40g	2,60g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,90kcal	0,50g	2,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Olasz felvágott Összetétel: Olasz felvágott	49,80kcal	2,60g	4,20g	0,40g	0,10g	0,40g	1,70g
Olasz zöldségleves gyufatésztával Összetétel: Bazsalikom, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos gyufa tészta,	108,40kcal	2,90g	2,70g	17,40g	9,40g	0,20g	0,30g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,10g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves bet tésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	127,20kcal	3,00g	3,20g	21,40g	12,50g	0,10g	0,40g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	71,30kcal	3,00g	6,00g	1,20g	0,00g	0,70g	1,20g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,40kcal	3,90g	5,70g	47,70g	0,20g	0,10g	0,60g
Pásztor bulgur Összetétel: Bulgur, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	476,90kcal	17,80g	20,10g	47,60g	0,90g	0,30g	0,80g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	213,50kcal	5,00g	3,40g	36,80g	0,00g	0,10g	0,30g
Petrezselymes tejfölös túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	35,90kcal	3,80g	1,80g	0,90g	0,00g	0,10g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Pritamin paprikás túrókrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	120,20kcal	3,90g	10,90g	1,40g	0,30g	0,10g	1,00g
Pritaminos sajt felújít Összetétel: Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Sütőpor, Tojásfehérje lé, Tojássárgája lé, Trappista sajt	183,60kcal	12,10g	9,80g	10,50g	0,20g	0,80g	6,30g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	425,60kcal	14,30g	16,20g	49,50g	0,40g	1,00g	4,30g
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	105,60kcal	2,70g	4,20g	13,90g	0,40g	0,20g	0,50g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,70kcal	4,90g	2,70g	30,50g	0,40g	0,60g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	233,50kcal	12,70g	15,60g	9,00g	0,60g	0,30g	0,30g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	39,00kcal	3,10g	2,80g	0,40g	0,00g	0,20g	1,90g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	2,00g	4,30g	2,40g	0,00g	0,50g	2,80g
Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g, Fagy. sajtos rúd 70 g	227,50kcal	4,30g	14,20g	19,90g	0,90g	1,00g	7,10g
Sárgaborsó zselé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma	220,00kcal	11,90g	3,60g	33,70g	0,30g	0,10g	0,30g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,40g	0,10g	2,40g	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
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étölaj 'napraforgó', Fagy. piritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	236,80kcal	12,70g	18,80g	2,50g	0,60g	0,10g	0,20g
Soproni felvágott Összetétel: Soproni felvágott	51,60kcal	2,60g	4,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,80g
Spenótf zselé Összetétel: Étölaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	185,70kcal	8,00g	4,80g	27,40g	7,60g	0,20g	1,20g
Szárnycs rizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	347,20kcal	22,80g	11,80g	53,40g	1,70g	0,80g	0,80g
Szarvacsk tészta Összetétel: Étölaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes szarvacsk tészta	264,50kcal	7,30g	6,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,80g
Szelet kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Tápai legényfogyó leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tejföl '12%', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	121,40kcal	11,10g	4,40g	8,40g	1,80g	0,50g	0,40g
Tavaszi leves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	65,70kcal	2,40g	2,10g	8,60g	2,80g	0,10g	0,30g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,00g	8,20g	0,00g	0,00g	0,00g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,30g	2,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2026.06.01.-től 2026.06.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	255,20kcal	10,80g	4,00g	57,20g	21,70g	0,40g	2,30g
Tejeskávéíz tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	100,90kcal	6,00g	2,80g	13,00g	8,70g	0,20g	1,70g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	28,40kcal	0,70g	2,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Tejfölös-kapros-zöldbabf-zelék Összetétel: 10%-os ételectet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kapor, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	126,80kcal	5,10g	3,20g	17,60g	6,40g	0,20g	0,30g
Tejes kiórlés egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiórlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,80g	0,40g	0,60g	0,30g
Tejes kiórlés gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	183,20kcal	3,20g	6,00g	28,80g	9,20g	0,20g	3,00g
Tejes kiórlés kenyér Összetétel: Teljes kiórlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Tejes kiórlés zsemle Összetétel: Teljes kiórlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,20g	0,40g	0,60g	0,40g
Törölburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzővíz'	213,00kcal	5,00g	3,40g	36,80g	0,00g	0,10g	0,30g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,40g	2,20g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Vaníliaöntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor	82,80kcal	3,10g	1,50g	14,10g	5,50g	0,20g	0,90g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	59,40kcal	0,80g	0,10g	13,40g	10,60g	0,10g	0,00g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	41,40kcal	2,80g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	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	100,00kcal	4,30g	2,00g	15,60g	2,90g	0,20g	0,30g
Zöldborsós aprópecsenye Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	184,70kcal	9,80g	14,10g	3,30g	1,10g	0,10g	0,20g
Zöldhagyma Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,30g	0,10g	2,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g