

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.08.31.	Tej (2)*; Liga Margarin; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Limonádé; Sertéspörkölt (1)*; Tarhonya (1)*; Fejeskáposzta-saláta;	Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=229,20kcal FH=13,10g ZS=6,40g SZH=29,90g CK=9,80g SÓ=1,50g TZS=3,10g	EN=462,80kcal FH=23,50g ZS=12,40g SZH=62,20g CK=14,40g SÓ=0,40g TZS=0,80g	EN=197,00kcal FH=2,70g ZS=7,70g SZH=29,00g CK=9,80g SÓ=0,40g TZS=3,90g
KEDD 2026.09.01.	Limonádé; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Erdei gyümölcsleves (1, 2)*; Bolognai ragu; Makaróni (1)*; Alma;	Kakaókrém (2, 4)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=218,10kcal FH=6,40g ZS=8,40g SZH=28,20g CK=7,60g SÓ=1,20g TZS=3,30g	EN=509,20kcal FH=18,40g ZS=12,10g SZH=80,40g CK=21,10g SÓ=0,60g TZS=1,50g	EN=284,80kcal FH=5,00g ZS=10,60g SZH=41,10g CK=12,70g SÓ=0,40g TZS=3,30g
SZERDA 2026.09.02.	Csipkebogyó tea; Görögös szendvicskrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Tejbegríz (1, 2)*; Fahéjas porcukor;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;
	EN=170,80kcal FH=5,70g ZS=3,30g SZH=29,20g CK=7,50g SÓ=0,70g TZS=2,00g	EN=630,20kcal FH=29,00g ZS=19,00g SZH=83,10g CK=43,50g SÓ=0,80g TZS=2,50g	EN=236,20kcal FH=10,70g ZS=8,30g SZH=28,70g CK=0,20g SÓ=1,20g TZS=4,70g
CSÜTÖRTÖK 2026.09.03.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Zöldséges rizottó (5)*; Alma;	Sárgarépa; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=286,10kcal FH=10,30g ZS=8,60g SZH=40,90g CK=15,60g SÓ=0,80g TZS=4,40g	EN=481,80kcal FH=20,90g ZS=15,70g SZH=79,80g CK=13,60g SÓ=0,80g TZS=1,20g	EN=136,90kcal FH=4,70g ZS=2,70g SZH=23,30g CK=1,80g SÓ=0,60g TZS=0,20g
PÉNTEK 2026.09.04.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlésű kifli (1)*; Alma;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;
	EN=283,60kcal FH=8,80g ZS=4,60g SZH=49,00g CK=16,60g SÓ=0,80g TZS=3,10g	EN=578,50kcal FH=15,10g ZS=15,00g SZH=93,50g CK=34,40g SÓ=1,00g TZS=6,00g	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!

Étlap: Óvoda



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



Schmiedl

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=Csillagfűrt; 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 NCI (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.09.07.	Alma dobozos üdítő 100%; Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz (1, 2)*;	Eperkrémleves (1, 2)*; Paprikáskrumpli (1, 3, 5)*; Csemege uborka (11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Méz; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=279,60kcal FH=3,60g ZS=8,80g SZH=32,20g CK=0,00g SÓ=0,40g TZS=0,00g	EN=469,80kcal FH=24,10g ZS=10,60g SZH=67,20g CK=11,70g SÓ=1,50g TZS=0,70g	EN=154,80kcal FH=3,90g ZS=2,40g SZH=30,20g CK=10,20g SÓ=0,70g TZS=0,80g
KEDD 2026.09.08.	Gyümölcs tea; Kapros túrókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Erőleves tésztával (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes saláta; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=174,70kcal FH=8,10g ZS=2,30g SZH=29,90g CK=7,30g SÓ=0,70g TZS=0,20g	EN=573,60kcal FH=25,70g ZS=13,10g SZH=86,10g CK=14,40g SÓ=0,80g TZS=1,10g	EN=160,20kcal FH=6,70g ZS=5,80g SZH=20,70g CK=0,40g SÓ=1,10g TZS=2,00g
SZERDA 2026.09.09.	Csokoládé ízű tej (2)*; Liga Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Sertéspörkölt (1)*; Orsó tészta (1)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*; Kigyóuborka;
	EN=278,60kcal FH=10,20g ZS=6,40g SZH=44,50g CK=11,10g SÓ=0,80g TZS=3,10g	EN=552,10kcal FH=26,60g ZS=19,10g SZH=67,00g CK=5,20g SÓ=0,60g TZS=1,00g	EN=157,00kcal FH=5,10g ZS=3,00g SZH=25,40g CK=0,40g SÓ=0,60g TZS=0,40g
CSÜTÖRTÖK 2026.09.10.	Limonádé; Soproni felvágott (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Lebbencsleves (1, 5)*; Pritaminos sajt-felfújt (1, 2, 3)*; Spenótfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Barackos háromszög (1, 2)*;
	EN=191,20kcal FH=6,90g ZS=4,90g SZH=29,00g CK=7,70g SÓ=1,00g TZS=2,00g	EN=522,00kcal FH=24,70g ZS=16,80g SZH=65,80g CK=9,50g SÓ=1,40g TZS=7,80g	EN=202,00kcal FH=2,80g ZS=7,20g SZH=30,90g CK=11,90g SÓ=0,20g TZS=3,30g
PÉNTEK 2026.09.11.	Citromos tea; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 11)*; Szelet kenyér (1)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=189,70kcal FH=6,20g ZS=5,30g SZH=29,10g CK=7,60g SÓ=1,00g TZS=2,20g	EN=619,20kcal FH=27,70g ZS=13,50g SZH=94,20g CK=21,10g SÓ=1,80g TZS=1,90g	EN=182,30kcal FH=5,50g ZS=5,50g SZH=27,20g CK=1,60g SÓ=1,00g TZS=3,40g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Óvoda



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



Sikeresen

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.09.14.	Kefír (2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;	Brokkolikrémléves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Rántott sajt (1, 2, 3)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Lekvár; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=250,90kcal FH=8,70g ZS=6,40g SZH=38,20g CK=7,30g SÓ=0,70g TZS=4,00g	EN=612,20kcal FH=20,20g ZS=23,60g SZH=76,00g CK=4,60g SÓ=1,20g TZS=2,40g	EN=180,30kcal FH=4,00g ZS=2,40g SZH=35,30g CK=15,30g SÓ=0,70g TZS=0,80g
KEDD 2026.09.15.	Karamellás tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Liga Margarin;	Magyaros húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Baromfi fasírt (1, 2, 3, 4, 11)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=324,90kcal FH=10,20g ZS=8,90g SZH=50,20g CK=25,20g SÓ=0,70g TZS=4,40g	EN=572,60kcal FH=32,60g ZS=18,00g SZH=66,60g CK=19,10g SÓ=1,80g TZS=3,30g	EN=184,10kcal FH=7,30g ZS=6,50g SZH=23,90g CK=1,80g SÓ=1,30g TZS=1,40g
SZERDA 2026.09.16.	Meggyes gyümölcs Tea; Pritamin paprikás túrókrém (2)*; Teljes kiörlésű zsemle (1)*; Jégcsapretek;	Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 5)*; Majorannás sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Szilva;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=282,00kcal FH=8,60g ZS=11,50g SZH=33,40g CK=7,70g SÓ=0,70g TZS=1,40g	EN=462,10kcal FH=23,90g ZS=17,90g SZH=66,40g CK=1,80g SÓ=0,40g TZS=1,00g	EN=197,00kcal FH=3,00g ZS=9,80g SZH=23,60g CK=9,20g SÓ=0,50g TZS=4,90g
CSÜTÖRTÖK 2026.09.17.	Limonádé; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Pince ragu (1)*; Törtburgonya (5)*; Fejeskáposzta-saláta; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Natúr szendvicsskrém (2)*; Zsemle (1)*; Paradicsom;
	EN=174,00kcal FH=7,10g ZS=3,40g SZH=27,90g CK=7,70g SÓ=1,20g TZS=1,10g	EN=611,10kcal FH=25,30g ZS=13,40g SZH=91,40g CK=5,80g SÓ=1,10g TZS=1,20g	EN=179,30kcal FH=5,90g ZS=3,40g SZH=30,20g CK=0,40g SÓ=0,70g TZS=2,10g
PÉNTEK 2026.09.18.	Tej (2)*; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Félbarna kenyér (1)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Teavaj (2)*; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;
	EN=269,70kcal FH=12,10g ZS=11,40g SZH=29,70g CK=9,70g SÓ=1,50g TZS=5,30g	EN=661,80kcal FH=20,70g ZS=24,10g SZH=90,80g CK=21,50g SÓ=3,50g TZS=4,80g	EN=202,70kcal FH=3,80g ZS=9,40g SZH=25,30g CK=1,60g SÓ=0,50g TZS=6,30g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Óvoda



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



Sikeresen

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.09.21.	Joghurt (2)*; Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz (1, 2)*;	Körtekrémleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Vajas fokhagymás törtburgonya (2, 4)*; Majonéz (3, 11)*;	Magyaros vajkrém (2)*; Briós (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=284,60kcal FH=8,70g ZS=14,20g SZH=29,20g CK=6,00g SÓ=0,60g TZS=3,60g	EN=564,30kcal FH=13,70g ZS=19,30g SZH=79,90g CK=25,10g SÓ=1,70g TZS=5,40g	EN=254,40kcal FH=4,80g ZS=6,10g SZH=44,00g CK=11,80g SÓ=0,40g TZS=3,30g
KEDD 2026.09.22.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Frankfurtiléves (1, 2, 3, 4, 5)*; Sajtmártásos csirkemell kockák (1, 2, 5, 6)*; Bulgur (1, 5)*;	Kakaókrém (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=173,80kcal FH=8,10g ZS=2,20g SZH=29,70g CK=7,30g SÓ=0,70g TZS=0,20g	EN=618,50kcal FH=32,00g ZS=23,50g SZH=61,80g CK=2,70g SÓ=1,40g TZS=6,60g	EN=214,00kcal FH=4,90g ZS=7,20g SZH=31,90g CK=8,10g SÓ=0,60g TZS=1,60g
SZERDA 2026.09.23.	Eper ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*;	Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kifli (1)*; Paradicsom;
	EN=293,40kcal FH=10,50g ZS=6,60g SZH=45,70g CK=15,40g SÓ=0,60g TZS=3,60g	EN=581,20kcal FH=33,20g ZS=30,90g SZH=40,80g CK=1,70g SÓ=1,70g TZS=7,70g	EN=149,40kcal FH=4,60g ZS=2,70g SZH=25,00g CK=0,40g SÓ=0,70g TZS=0,90g
CSÜTÖRTÖK 2026.09.24.	Limonádé; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Kassai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Bükki pecsenye (1, 2, 4, 5)*; Kuskusz (1, 5)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=211,20kcal FH=6,10g ZS=8,00g SZH=27,80g CK=7,70g SÓ=1,20g TZS=3,10g	EN=534,10kcal FH=24,60g ZS=17,70g SZH=64,90g CK=3,90g SÓ=0,40g TZS=1,50g	EN=162,30kcal FH=6,30g ZS=4,80g SZH=23,60g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=3,00g
PÉNTEK 2026.09.25.	Tej (2)*; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Bácskai rizseshús (5)*; Szelet kenyér (1)*;	Olaszos szendvicskrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kiggyóborka;
	EN=242,40kcal FH=11,90g ZS=8,20g SZH=30,30g CK=10,00g SÓ=1,30g TZS=4,20g	EN=601,90kcal FH=30,40g ZS=18,10g SZH=95,20g CK=2,80g SÓ=1,80g TZS=1,30g	EN=136,40kcal FH=5,60g ZS=3,20g SZH=21,10g CK=0,50g SÓ=0,70g TZS=2,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Óvoda



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



Sikeresen

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=Csillagfűrt; 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 NCI (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.09.28.	Tej (2)*; Csokoládés gabonapehely (1, 8)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Krémsajttal töltött csirke medál (1, 2, 3, 4, 11)*; Snidlinges burgonyapüré (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Teljes kiőrlésű kifli (1)*; Kockasajt (2)*; Alma;
	EN=205,30kcal FH=7,90g ZS=4,30g SZH=35,20g CK=9,40g SÓ=0,40g TZS=2,30g	EN=516,00kcal FH=15,80g ZS=13,80g SZH=77,60g CK=16,70g SÓ=1,60g TZS=4,70g	EN=205,10kcal FH=6,30g ZS=4,10g SZH=33,60g CK=0,40g SÓ=1,20g TZS=2,50g
KEDD 2026.09.29.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;	Citromos sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldfűszeres csirke csíkok (2, 11)*; Párolt rizs (5)*;	Olasz felvágott (2, 4)*; Liga Margarin; Zöldpaprika; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;
	EN=267,70kcal FH=7,90g ZS=7,40g SZH=37,00g CK=8,20g SÓ=1,40g TZS=2,50g	EN=510,60kcal FH=27,50g ZS=24,10g SZH=61,50g CK=3,90g SÓ=0,50g TZS=4,20g	EN=200,30kcal FH=7,30g ZS=6,90g SZH=25,50g CK=0,50g SÓ=1,10g TZS=2,70g
SZERDA 2026.09.30.	Limonádé; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Zöldségkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Csirke paprikás (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Szőlő;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;
	EN=208,40kcal FH=7,30g ZS=5,90g SZH=28,70g CK=7,70g SÓ=1,00g TZS=2,00g	EN=627,90kcal FH=27,20g ZS=17,40g SZH=88,00g CK=6,00g SÓ=0,50g TZS=1,00g	EN=193,50kcal FH=4,80g ZS=7,10g SZH=26,80g CK=0,90g SÓ=1,40g TZS=3,60g
CSÜTÖRTÖK 2026.10.01.			
PÉNTEK 2026.10.02.			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: Óvoda



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



Sikeresen

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=Csillagfűrt; 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 NCI (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a tagóvoda vezetőjétől kérhet az intézményben.

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma dobozos üdítő 100% Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Amerikai palacsinta Összetétel: Fagy. amerikai palacsinta	192,00kcal	5,10g	4,10g	32,40g	13,00g	0,70g	0,60g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,60g	11,90g	69,10g	26,30g	0,60g	4,90g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	315,70kcal	16,60g	13,40g	48,70g	0,40g	0,20g	0,90g
Bakonyi betyárleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	104,80kcal	8,30g	5,10g	5,60g	1,30g	0,20g	0,20g
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
Baromfi fasírt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Frikadell	136,30kcal	7,80g	8,20g	7,20g	0,00g	1,00g	2,00g
Bolognai ragu Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	114,40kcal	9,60g	6,00g	4,90g	3,20g	0,40g	0,60g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	196,00kcal	4,00g	3,80g	35,80g	11,80g	0,40g	1,80g
Brokkolikrémleves 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%', Vöröshagyma	104,40kcal	3,80g	3,10g	14,00g	1,50g	0,20g	0,20g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	269,30kcal	6,40g	6,20g	40,50g	1,40g	0,10g	0,80g
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
Bükkli pecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	143,20kcal	13,60g	8,00g	3,30g	0,30g	0,10g	0,40g
Citromos sertésraguleves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	134,80kcal	10,40g	5,80g	9,40g	1,80g	0,20g	0,50g
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
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,40g	0,10g	1,40g	1,10g	0,90g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csipkebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea 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 paprikás Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örlt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	131,30kcal	15,30g	5,70g	3,80g	0,50g	0,10g	0,20g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjesítő, Tej '1,5%'	113,10kcal	6,20g	3,00g	15,60g	9,20g	0,20g	1,80g
Csokoládés gabonapehely Összetétel: Csokoládés gabonapehely 30g	117,30kcal	1,90g	1,30g	25,80g	0,00g	0,10g	0,30g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	135,20kcal	3,90g	3,80g	20,30g	0,60g	0,20g	0,50g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,60kcal	2,20g	5,60g	0,10g	0,10g	0,50g	2,30g
Dörögicsei csirkeraguleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	125,60kcal	12,10g	5,50g	6,50g	1,20g	0,20g	0,20g
Eper ízű tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjesítő, 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%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Eperkrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. eper, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	96,40kcal	1,50g	0,40g	20,90g	10,00g	0,10g	0,20g
Erdei 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
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Erőleves tésztával Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlt 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
Fahéjas porcukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	81,00kcal	0,00g	0,00g	20,10g	20,00g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	96,40kcal	1,20g	0,50g	21,20g	15,20g	0,10g	0,20g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	36,20kcal	1,00g	0,10g	7,50g	4,00g	0,10g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	42,70kcal	1,40g	0,20g	8,90g	0,20g	0,20g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,70kcal	2,00g	0,20g	12,20g	0,30g	0,30g	0,00g
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	136,50kcal	8,60g	9,50g	5,80g	3,20g	3,10g	3,00g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	171,60kcal	4,00g	3,80g	29,50g	4,90g	0,40g	1,90g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vírslí Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	186,50kcal	6,70g	9,80g	16,80g	0,70g	0,70g	2,40g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,20g	0,10g	0,50g	0,30g
Görögös szendvicskrém Összetétel: Görögös szendvicskrém	32,00kcal	1,40g	2,80g	0,30g	0,20g	0,10g	1,80g
Gulyásleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	257,00kcal	17,20g	14,90g	11,30g	0,70g	0,20g	0,20g
Gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	35,90kcal	3,70g	1,70g	1,10g	0,00g	0,10g	0,00g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Vírslí, Vírslí Pulyka Gallicoop	215,70kcal	7,70g	7,40g	28,50g	0,30g	1,20g	2,50g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés comb, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	398,30kcal	21,20g	10,50g	53,20g	2,70g	0,30g	0,70g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
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 csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g, Fagy. kakaós csiga 70g	197,00kcal	3,00g	9,80g	23,60g	9,20g	0,50g	4,90g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kapros turókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Kapor, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	35,90kcal	3,80g	1,80g	1,00g	0,00g	0,10g	0,00g
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '1,5%'	132,00kcal	6,20g	3,00g	20,20g	20,20g	0,20g	1,80g
Kassai burgonyaleves Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, őrölt, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lestyan, Natúr 30%-os lecsó, őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	108,00kcal	2,80g	2,90g	16,30g	0,90g	0,20g	0,20g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kenőmájás 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
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Körtekrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. körte, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	116,60kcal	0,80g	0,60g	27,00g	23,80g	0,10g	0,20g
Krémsajttal töltött csirke medál Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	147,10kcal	7,20g	7,60g	12,00g	0,00g	1,10g	2,20g
Kuszkusz Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuszkusz, őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	282,90kcal	8,20g	6,80g	45,30g	2,70g	0,10g	0,90g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,80kcal	6,50g	5,80g	0,00g	0,00g	0,50g	3,80g
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 fodros kocka 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
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, őrölt, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	184,20kcal	14,20g	7,30g	14,30g	1,80g	0,10g	0,30g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	8,00g	0,90g	0,10g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	32,80kcal	0,00g	0,00g	7,40g	7,30g	0,00g	0,00g
Magyaros húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, őrölt, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félégyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	128,20kcal	10,30g	5,80g	7,90g	0,60g	0,30g	0,30g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	24,30kcal	0,40g	2,30g	0,50g	0,00g	0,00g	1,50g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
Majorannás sertésragu Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	121,50kcal	11,10g	7,10g	2,60g	0,30g	0,10g	0,20g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	168,00kcal	2,40g	8,00g	20,60g	15,60g	0,00g	1,00g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	264,50kcal	7,30g	6,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,80g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	36,00kcal	0,00g	0,00g	9,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Molnárika Összetétel: Molnárika 55g	174,90kcal	4,00g	3,90g	30,00g	5,00g	0,40g	2,00g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,90kcal	0,50g	2,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr szendvicskrém Összetétel: Natúr szendvicskrém	32,00kcal	1,40g	2,80g	0,30g	0,20g	0,10g	1,80g
Olasz felvágott Összetétel: Olasz felvágott	49,80kcal	2,60g	4,20g	0,40g	0,10g	0,40g	1,70g
Olaszos szendvicskrém Összetétel: Olaszos szendvicskrém	32,00kcal	1,40g	2,80g	0,30g	0,20g	0,10g	1,80g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes orsó tészta	256,20kcal	7,30g	5,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,70g
Paprikáskrumpli Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	315,70kcal	20,30g	9,90g	35,00g	0,50g	0,20g	0,40g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,10g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomleves betűtésztaával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	127,50kcal	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: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,40kcal	3,90g	5,70g	47,70g	0,20g	0,10g	0,60g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	71,20kcal	3,10g	5,50g	0,50g	0,10g	0,40g	1,80g
Pince ragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Sertés comb, Sertés máj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	125,90kcal	11,50g	5,70g	6,50g	0,90g	0,10g	0,20g
Pritamin paprikás túrókrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	120,20kcal	3,90g	10,90g	1,40g	0,30g	0,10g	1,00g
Pritaminos sajtalfűjt 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
Rántott sajt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	210,20kcal	9,80g	10,80g	19,50g	0,80g	0,80g	0,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	2,00g	4,30g	2,40g	0,00g	0,50g	2,80g
Sajtmártásos csirkemell kockák Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Natúr sajtkrém, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	162,70kcal	18,90g	7,50g	4,50g	0,60g	0,60g	3,40g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	193,50kcal	4,80g	7,10g	26,80g	0,90g	1,40g	3,60g
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
Sárgaborsófőzelék Összetétel: Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött 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
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	144,40kcal	15,10g	7,80g	2,60g	0,60g	0,10g	0,20g
Snidlinges burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fagy. metéltőhagyma, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzővíz', Tej '1,5%'	223,20kcal	5,50g	5,50g	34,50g	1,40g	0,10g	2,20g
Soproni felvágott Összetétel: Soproni felvágott	51,60kcal	2,60g	4,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,80g
Spenótfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	185,70kcal	8,00g	4,80g	27,40g	7,60g	0,20g	1,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	235,60kcal	9,20g	21,80g	0,60g	0,20g	1,40g	7,20g
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacska 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
Szilva Összetétel: Szilva	46,40kcal	0,60g	0,00g	10,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Szőlő Összetétel: Szőlő	78,00kcal	0,60g	0,00g	18,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Tárkonyos májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tárkony, Tojáspor, Vöröshagyma	126,00kcal	8,50g	4,10g	13,10g	1,60g	0,80g	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
Tejbegríz Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	242,90kcal	9,90g	3,90g	41,80g	22,70g	0,30g	2,20g
Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz Összetétel: Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	191,60kcal	3,60g	8,80g	23,20g	0,00g	0,40g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	49,30kcal	1,90g	0,20g	9,90g	0,10g	0,30g	0,10g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	35,80kcal	1,40g	0,20g	7,20g	0,10g	0,20g	0,10g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Teljes kiőrlésű kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,80g	0,40g	0,60g	0,30g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,20g	0,40g	0,60g	0,40g
Törtburgonya 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
Vajas fokhagymás törtburgonya Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	202,40kcal	4,50g	4,10g	33,30g	0,00g	0,20g	1,60g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,40g	2,20g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

[illegible]