

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.05.03.	Tejeskávé (1, 2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	BrokkolikréMLEVES (1, 2, 3, 5)*; Sajt szórat (2)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;	Lekvár; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1, 2)*;
	EN=328,08kcal FH=10,00g ZS=9,19g SZH=49,92g CK=22,68g SÓ=0,57g TZS=5,11g	EN=614,72kcal FH=22,11g ZS=26,37g SZH=62,94g CK=3,89g SÓ=0,98g TZS=2,75g	EN=260,30kcal FH=4,43g ZS=8,82g SZH=39,33g CK=15,00g SÓ=0,63g TZS=6,05g
KEDD 2021.05.04.	Tea 'Citromos'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Filéztett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=217,00kcal FH=6,38g ZS=8,51g SZH=28,73g CK=7,30g SÓ=1,22g TZS=3,30g	EN=591,01kcal FH=24,84g ZS=17,59g SZH=84,45g CK=23,24g SÓ=3,60g TZS=3,20g	EN=207,45kcal FH=5,57g ZS=4,66g SZH=34,60g CK=1,63g SÓ=1,09g TZS=2,85g
SZERDA 2021.05.05.	Tej (2)*; Fttojás (3)*; Margarin 'Liga'; Retek; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Lencseleves (húsmentes) (1, 2, 3, 5, 11)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépa felvágott (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;
	EN=299,35kcal FH=14,76g ZS=9,77g SZH=34,41g CK=9,65g SÓ=1,11g TZS=3,79g	EN=540,01kcal FH=33,28g ZS=14,15g SZH=59,81g CK=16,90g SÓ=1,37g TZS=1,64g	EN=281,00kcal FH=7,48g ZS=7,48g SZH=44,70g CK=19,97g SÓ=0,56g TZS=4,31g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.06.	Karamellás tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rántott csirkemell (1, 3)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Vajkrém (2)*; Zöldhagyma; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;
	EN=330,90kcal FH=9,96g ZS=9,50g SZH=50,23g CK=25,15g SÓ=0,58g TZS=5,43g	EN=556,78kcal FH=29,11g ZS=13,15g SZH=74,91g CK=17,40g SÓ=2,30g TZS=2,55g	EN=137,50kcal FH=4,62g ZS=2,74g SZH=23,50g CK=0,29g SÓ=0,67g TZS=0,18g
PÉNTEK 2021.05.07.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kigyóborka; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Lecsós csirkeragu; Petrezselymes rizs (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;
	EN=331,94kcal FH=7,95g ZS=12,63g SZH=45,01g CK=13,03g SÓ=0,92g TZS=4,52g	EN=463,07kcal FH=19,91g ZS=13,35g SZH=84,84g CK=2,41g SÓ=2,55g TZS=1,66g	EN=160,00kcal FH=6,50g ZS=3,75g SZH=24,50g CK=8,50g SÓ=0,24g TZS=0,05g

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

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 nyújt.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.05.10.	F zött kakaó (2, 4)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Szárnyas húsgaluska-leves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 7, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Kefír (2)*;
	EN=323,37kcal FH=10,10g ZS=9,61g SZH=47,85g CK=23,14g SÓ=0,56g TZS=5,40g	EN=625,35kcal FH=21,81g ZS=19,89g SZH=87,47g CK=20,17g SÓ=0,72g TZS=2,15g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g
KEDD 2021.05.11.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Sajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Paradicsomos burgonyaf zelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Méz; Teavaj (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=286,79kcal FH=12,11g ZS=9,16g SZH=37,66g CK=7,19g SÓ=1,32g TZS=5,42g	EN=507,15kcal FH=18,58g ZS=19,01g SZH=61,12g CK=8,59g SÓ=1,25g TZS=1,13g	EN=228,45kcal FH=4,08g ZS=8,65g SZH=34,94g CK=10,44g SÓ=0,65g TZS=5,75g
SZERDA 2021.05.12.	Tejeskávé (1, 2)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;	Burgonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Székelykáposzta (1, 2, 3, 5, 6, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Házi körözött (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Zöldhagyma;
	EN=324,38kcal FH=11,79g ZS=11,81g SZH=42,20g CK=18,14g SÓ=1,23g TZS=5,56g	EN=465,52kcal FH=16,89g ZS=19,22g SZH=56,20g CK=7,74g SÓ=4,75g TZS=1,28g	EN=218,15kcal FH=8,88g ZS=4,58g SZH=34,10g CK=0,49g SÓ=0,84g TZS=0,51g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.13.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Kifli (1, 2)*; Retek;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Provanszi csirkemájragu (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Hosszú zsemle (1)*; Kigyóuborka;
	EN=246,45kcal FH=10,66g ZS=6,36g SZH=35,62g CK=10,86g SÓ=0,71g TZS=2,40g	EN=483,26kcal FH=20,44g ZS=11,13g SZH=70,81g CK=15,72g SÓ=0,96g TZS=1,09g	EN=200,61kcal FH=6,44g ZS=6,26g SZH=28,80g CK=0,16g SÓ=1,14g TZS=2,20g
PÉNTEK 2021.05.14.	Gyümölcs tea 'Erdei-bodza'; F tt tojás (3)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Lebbencsleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=230,19kcal FH=9,23g ZS=6,92g SZH=29,39g CK=7,48g SÓ=0,87g TZS=2,13g	EN=472,69kcal FH=25,06g ZS=14,23g SZH=58,08g CK=3,55g SÓ=0,83g TZS=0,54g	EN=207,25kcal FH=6,48g ZS=8,08g SZH=27,00g CK=0,64g SÓ=0,95g TZS=1,07g

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; 7=Mandula, pisztácia;
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

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 vezetőjével lehet kérni az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.05.17.	Tej (2)*; Margarin 'Liga'; Lapkasajt (2)*; Kenyér 'Lenmagos' (1)*; Paradicsom;	Gulyásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3, 12)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*; Alma;
	EN=309,90kcal FH=16,83g ZS=12,25g SZH=33,00g CK=9,38g SÓ=1,41g TZS=6,47g	EN=522,82kcal FH=17,78g ZS=19,38g SZH=65,83g CK=26,15g SÓ=1,17g TZS=3,08g	EN=183,50kcal FH=4,55g ZS=3,45g SZH=33,20g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,18g
KEDD 2021.05.18.	Karamellás tej (2)*; Vajkrém (2)*; Császár zsemle (1, 2)*;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=320,10kcal FH=10,43g ZS=8,90g SZH=48,45g CK=21,57g SÓ=0,99g TZS=4,00g	EN=535,37kcal FH=35,89g ZS=14,67g SZH=104,53g CK=3,72g SÓ=1,72g TZS=1,64g	EN=230,10kcal FH=4,39g ZS=3,75g SZH=43,50g CK=11,75g SÓ=0,35g TZS=1,85g
SZERDA 2021.05.19.	Tea 'Citromos'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Rántott sajt 'Mirelit' (1, 2, 3)*; Hagymás burgonya;	Teavaj (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*; Paradicsom;
	EN=310,08kcal FH=4,91g ZS=13,60g SZH=29,39g CK=8,46g SÓ=1,97g TZS=1,67g	EN=548,51kcal FH=23,03g ZS=18,53g SZH=69,02g CK=2,32g SÓ=1,57g TZS=0,71g	EN=235,20kcal FH=3,70g ZS=11,74g SZH=28,43g CK=3,72g SÓ=0,34g TZS=7,26g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.20.	Tejeskávé (1, 2)*; Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*; Kigyóuborka;	Csontleves csigatésztaival (1, 2, 3, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Ftt burgonya; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=304,08kcal FH=13,51g ZS=9,07g SZH=41,78g CK=18,25g SÓ=1,39g TZS=4,44g	EN=509,22kcal FH=19,25g ZS=22,90g SZH=53,36g CK=7,81g SÓ=1,20g TZS=2,63g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g
PÉNTEK 2021.05.21.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Petrezselymes tejfölkósturó (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Paradicsom;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bácskai rizseshús (5)*; Befőtt 'Öszibarack';	Gyümölcs joghurt 'Danone K+F' (1, 2, 6)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=194,09kcal FH=8,15g ZS=2,29g SZH=34,54g CK=7,61g SÓ=0,85g TZS=0,04g	EN=533,91kcal FH=16,62g ZS=25,25g SZH=76,44g CK=11,78g SÓ=0,93g TZS=0,86g	EN=248,85kcal FH=8,23g ZS=5,76g SZH=40,17g CK=16,43g SÓ=0,68g TZS=2,90g

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

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 nyújt.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.05.24.			
KEDD 2021.05.25.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Paradicsomos halpástétom (9)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; EN=229,44kcal FH=5,98g ZS=9,24g SZH=30,19g CK=7,21g SÓ=0,91g TZS=1,39g	Bakonyi csirkeragu leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; EN=564,69kcal FH=21,11g ZS=22,55g SZH=67,67g CK=18,47g SÓ=0,47g TZS=1,02g	Snidlinges sajtkrém (2, 6)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*; Retek; EN=297,60kcal FH=8,27g ZS=11,40g SZH=38,65g CK=6,00g SÓ=0,81g TZS=5,49g
SZERDA 2021.05.26.	F zött kakaó (2, 4)*; Kockasajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1, 2)*; EN=342,77kcal FH=12,10g ZS=11,91g SZH=44,89g CK=18,20g SÓ=1,50g TZS=6,73g	Gyümölcsleves (1, 2)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépás rizs (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; EN=479,13kcal FH=26,69g ZS=12,00g SZH=75,54g CK=17,52g SÓ=1,78g TZS=0,67g	Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Kigyóuborka; EN=171,05kcal FH=5,58g ZS=5,19g SZH=24,71g CK=0,35g SÓ=1,11g TZS=2,14g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.27.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliz hely (1)*; Kifli (1, 2)*; EN=329,75kcal FH=12,13g ZS=5,06g SZH=58,87g CK=11,19g SÓ=0,91g TZS=2,40g	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Lencsef zelék (1, 2, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma; EN=620,65kcal FH=19,52g ZS=24,44g SZH=64,73g CK=4,54g SÓ=2,41g TZS=2,54g	Tejfölös-túró (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Zöldhagyma; EN=162,74kcal FH=7,74g ZS=3,49g SZH=24,73g CK=0,14g SÓ=0,76g TZS=0,36g
PÉNTEK 2021.05.28.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka; EN=206,32kcal FH=7,40g ZS=5,87g SZH=28,65g CK=7,40g SÓ=0,93g TZS=2,02g	Marha er leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Brassói aprópecsenye (5)*; Petrezselymes burgonya (5)*; EN=487,21kcal FH=18,84g ZS=23,34g SZH=44,73g CK=1,08g SÓ=0,63g TZS=0,66g	Alma; Diós kifli (1, 2, 3, 6)*; EN=242,10kcal FH=4,44g ZS=8,00g SZH=38,20g CK=2,00g SÓ=0,10g TZS=0,00g

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; 7=Mandula, pisztácia;
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

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 vezetőjével lehet kérni az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-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
Amerikai palacsinta Összetétel: Fagy. amerikai palacsinta	192,00kcal	5,12g	4,08g	32,40g	13,04g	0,71g	0,64g
Bácskai rizshús Összetétel: Csemege paprika, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	357,14kcal	12,79g	19,53g	48,61g	0,37g	0,34g	0,81g
Bakonyi csirkeragu leves Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb fels filé, Csirkemáj, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Magyaros levesalap 'Knorr', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	109,35kcal	10,07g	4,79g	5,87g	1,07g	0,30g	0,24g
Baromfi párizsi Összetétel: Baromfi párizsi	42,80kcal	2,06g	3,70g	0,32g	0,00g	0,42g	1,28g
Befőtt 'Öszibarack' Összetétel: Befőtt 'szibarack, felezett'	37,80kcal	0,32g	0,02g	10,19g	9,28g	0,01g	0,01g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	230,24kcal	12,46g	18,77g	1,25g	0,41g	0,22g	0,23g
Briós Összetétel: Briós cukros 50g, Briós cukros 70g	196,00kcal	3,95g	3,75g	35,80g	11,75g	0,35g	1,85g
Brokkolikrémleves Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rölt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	85,72kcal	3,26g	3,10g	10,15g	1,15g	0,35g	0,23g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	267,99kcal	6,33g	6,17g	40,29g	1,28g	0,20g	0,79g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	115,50kcal	2,69g	3,28g	14,23g	0,97g	0,55g	0,34g
Burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kömény, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma, Zeller zöld	75,52kcal	1,85g	1,62g	12,08g	0,53g	0,30g	0,17g
Burgonyapüré Összetétel: Margarin Aro kocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott', f z víz', Tej '2,8%', Tisztított burgonya	204,90kcal	5,40g	3,48g	34,50g	1,38g	0,22g	1,42g
Céklasaláta Összetétel: Céklasaláta	20,48kcal	0,58g	0,04g	4,64g	1,20g	1,20g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Chilisbab sertés hússal Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt hús alapíz 'Knorr', Kristálycukor, Marhaapróhús/ gulyáskocka, Marhahúsleves alap 'Knorr', Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', S. rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Szárazbab, Vöröshagyma	354,52kcal	21,42g	12,26g	37,39g	2,82g	0,32g	0,24g
Császár zsemle Összetétel: Császár zsemle	140,00kcal	4,00g	1,10g	27,60g	1,35g	0,75g	0,60g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,88kcal	2,16g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,52g
Csirkemell sonka Összetétel: Csirkemell sonka (Fincsik, Ahida)	25,20kcal	3,20g	1,20g	0,40g	0,24g	0,48g	0,42g
Csontleves csigatésztával Összetétel: Csonthús alap sószegény 'Knorr', Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos csiga tészta, Vöröshagyma	49,89kcal	1,23g	2,08g	6,24g	0,63g	0,33g	0,23g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Csonthús alap sószegény 'Knorr', Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	107,81kcal	3,19g	3,72g	14,56g	0,72g	0,37g	0,53g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,64kcal	2,16g	5,64g	0,06g	0,06g	0,48g	2,28g
Diós kifli Összetétel: Búrkifli 'Diós' 50g, Búrkifli 'Diós' 70g	208,00kcal	4,00g	8,00g	30,50g	2,00g	0,10g	0,00g
Diós metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes metélttészta	264,54kcal	7,32g	6,36g	44,46g	2,40g	0,17g	0,78g
Diós porcukor Összetétel: Dióbél, Porcukor	190,80kcal	3,72g	11,40g	17,34g	15,00g	0,00g	0,00g
Dzsungel reggeliző pehely Összetétel: Dzsungel reggeliző pehely (kg)	114,90kcal	2,40g	0,90g	24,90g	0,36g	0,24g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citrom, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegf szeg	93,26kcal	1,06g	0,47g	20,52g	15,22g	0,19g	0,19g
Fasírt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	193,03kcal	8,29g	14,96g	5,29g	0,41g	0,30g	0,67g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Filézett halászlé	102,42kcal	7,40g	6,67g	4,91g	2,96g	3,05g	2,68g
Összetétel: Csemege paprika, Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Halászlé s rítmény, Halfilé 'Pangasius', Lecsó (natúr 30%), Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Fonott kalács	171,60kcal	3,90g	3,80g	29,54g	4,94g	0,36g	1,87g
Összetétel: Fonott kalács 0,5kg, Fonott kalács 1kg							
Fonottka	156,00kcal	3,36g	3,48g	27,20g	3,72g	0,33g	1,56g
Összetétel: Fonottka 40g							
Fonottka 'Napraforgómagos'	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal							
Főtt burgonya	84,60kcal	2,25g	0,27g	16,56g	0,00g	0,07g	0,00g
Összetétel: Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya							
Főtt tojás	73,35kcal	4,95g	4,41g	0,32g	0,18g	0,16g	1,35g
Összetétel: Tojás főtt,tiszt.(Capriovus)							
Főtt kakaó	151,77kcal	6,20g	5,81g	18,31g	18,20g	0,20g	3,53g
Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'							
Galuska	370,90kcal	24,00g	10,20g	86,00g	0,00g	0,22g	1,00g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, f z víz'							
Gulyásleves	191,95kcal	8,76g	11,66g	11,17g	0,74g	0,27g	0,23g
Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kömény, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásos csipetke, Vöröshagyma							
Gyümölcs joghurt 'Danone K+F'	104,00kcal	4,70g	2,60g	15,20g	14,80g	0,13g	1,70g
Összetétel: Danone könnyű és finom gyüm.joghurt 125g							
Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							
Gyümölcs tea 'Erdei-bodza'	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							
Gyümölcs tea 'Meggy'	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							
Gyümölcsleves	93,00kcal	0,92g	0,63g	20,65g	15,00g	0,11g	0,20g
Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegf szeg							

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcsös krémsajoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémsajoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Hagymás burgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	224,81kcal	5,10g	4,29g	37,65g	0,38g	0,35g	0,40g
Halpaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pítamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlés rítmény, Halfilé 'Pangasius', rölt fekete bors, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tejföl '12%', Vöröshagyma	67,33kcal	7,45g	2,81g	3,00g	0,93g	0,97g	0,39g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1, Vöröshagyma	35,87kcal	3,68g	1,75g	1,08g	0,04g	0,22g	0,00g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	209,00kcal	2,70g	10,45g	25,35g	8,95g	0,35g	5,25g
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%'	156,00kcal	6,00g	5,60g	20,20g	20,20g	0,20g	3,40g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Ken májas Összetétel: Ken májas	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,58g	0,26g	0,44g	1,96g
Kenyér 'Félbarna' Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	120,15kcal	4,01g	0,45g	25,02g	0,59g	0,63g	0,05g
Kenyér 'Félbarna' Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	58,74kcal	1,96g	0,22g	12,23g	0,29g	0,31g	0,02g
Kenyér 'Kukoricás' Összetétel: Kukoricás kenyér	113,85kcal	3,29g	0,36g	23,63g	0,09g	0,68g	0,18g
Kenyér 'Lenmagos' Összetétel: Lenmagvas kenyér 1kg	119,25kcal	3,78g	1,44g	22,55g	0,14g	0,63g	0,32g
Kenyér 'Magvas' Összetétel: Magvas kenyér	114,30kcal	3,69g	1,62g	21,24g	0,14g	0,59g	0,36g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'Rozs' Összetétel: Rozskenyér 1kg	112,50kcal	3,06g	0,36g	23,85g	0,23g	0,68g	0,05g
Kenyér 'Teljes kiőrlés ' Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	35,84kcal	1,39g	0,16g	7,22g	0,10g	0,22g	0,06g
Kenyér 'Teljes kiőrlés ' Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Kenyér 'Teljes kiőrlés ' Összetétel: Teljes kiőrlés kenyér 1kg	49,28kcal	1,91g	0,22g	9,92g	0,13g	0,31g	0,09g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Intézményi Kifli	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kígyóuborka Összetétel: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt(natúr)/Sajtmester	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt/Ammerrland	77,75kcal	6,50g	5,75g	0,00g	0,00g	0,50g	3,75g
Lebbencsleves Összetétel: Csemege paprika, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Leccsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes nagykocka, Vöröshagyma	68,89kcal	1,72g	1,75g	10,77g	0,59g	0,21g	0,21g
Leccsós csirkeragu Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Leccsó (natúr 30%), rőt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	94,51kcal	10,77g	4,72g	1,60g	0,30g	0,34g	0,24g
Lekvár Összetétel: Lekvár(sárgabarack)	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
Lencsef zelék Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	242,27kcal	13,97g	4,71g	34,56g	3,13g	0,32g	0,31g
Lencseleves (húsmentes) Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Leccsó (natúr 30%), Lencse, Mustár, rőt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka, Vöröshagyma	128,83kcal	6,78g	3,22g	17,37g	1,30g	0,35g	0,24g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Májgaluskaleves Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levestzöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma	113,46kcal	8,18g	3,46g	11,87g	1,19g	0,40g	0,27g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Mák, Porcukor	168,00kcal	2,40g	8,00g	20,60g	15,62g	0,00g	1,00g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes metélttészta	264,54kcal	7,32g	6,36g	44,46g	2,40g	0,17g	0,78g
Margarin 'Delma' Összetétel: Delma light margarin 500g	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,20g	0,00g	0,08g	0,60g
Margarin 'Liga' Összetétel: Margarin Liga 500	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Marha er leves Összetétel: Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. levestzöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Marhacsont, Marhahúsleves alap 'Knorr', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag, Vöröshagyma, Zeller zöld	43,50kcal	1,34g	1,20g	6,65g	0,67g	0,26g	0,14g
Méz Összetétel: Méz(vegyes virág)	36,00kcal	0,04g	0,00g	9,89g	9,85g	0,01g	0,00g
Mogyorókrém Összetétel: Nutella	48,60kcal	0,20g	3,00g	5,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves bet tésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásos bet tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	114,38kcal	2,38g	3,11g	19,10g	14,45g	0,23g	0,36g
Paradicsomos burgonyaf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', S rített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tisztított burgonya, Vöröshagyma, Zeller zöld	192,00kcal	4,67g	3,33g	33,56g	7,36g	0,33g	0,33g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomos halpástétom	84,00kcal	2,23g	7,63g	1,58g	0,05g	0,33g	1,03g
Összetétel: Paradicsomos halpástétom 130g							
Petrezselymes burgonya	213,48kcal	5,04g	3,36g	36,83g	0,00g	0,15g	0,30g
Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya							
Petrezselymes rizs	207,39kcal	4,62g	4,82g	57,01g	0,08g	0,30g	0,50g
Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Petrezselymes tejfölös turó	35,90kcal	3,78g	1,78g	0,94g	0,00g	0,22g	0,00g
Összetétel: Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1							
Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Porcukor							
Provanszi csirkemájragu	127,74kcal	12,46g	7,07g	3,55g	0,36g	0,21g	0,51g
Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. cukkini, Fagy. pritamin paprika, Fagy. romano bab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kakukkfű, Lecsó (natúr 30%), Majoranna, rölt fekete bors, Rozmaring, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rántott csirkemell	206,90kcal	20,41g	6,39g	16,24g	0,38g	0,48g	0,75g
Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes)							
Rántott sajt 'Mirelit'	210,24kcal	9,75g	10,78g	19,50g	0,75g	0,83g	0,03g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt							
Retek	7,50kcal	0,50g	0,00g	1,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Retek							
Rozmaringos sült csirkecomb	186,91kcal	21,11g	7,42g	1,27g	0,32g	0,18g	0,07g
Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb fels. 'csontos', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, rölt fekete bors, Rozmaring, Só 'jódozott', Szárnyas f szerkeverék							
Rozsos párna	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Összetétel: Rozsos párna							
Rúdvagdalt	158,06kcal	8,81g	11,74g	3,07g	0,38g	0,25g	0,18g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma							
Sajt	93,60kcal	7,50g	6,60g	0,90g	0,00g	0,60g	4,50g
Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'							
Sajt szórát	31,20kcal	2,50g	2,20g	0,30g	0,00g	0,20g	1,50g
Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'							

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtkrém Összetétel: Sajtkrém natúr	55,50kcal	1,95g	4,26g	2,40g	0,00g	0,53g	2,76g
Sárgarépa felvágott Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	190,20kcal	5,34g	3,62g	31,82g	15,46g	0,48g	1,22g
Sárgarépa rizs Összetétel: Étélizésítéssel sómentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tisztított sárgarépa	178,75kcal	4,08g	3,90g	48,97g	1,00g	0,30g	0,40g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritaminnal paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), rőlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Sertés paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	238,01kcal	12,75g	18,85g	2,73g	0,81g	0,21g	0,24g
Snidlinges sajtkrém Összetétel: Snidlinges sajtkrém	53,70kcal	2,25g	4,50g	1,05g	0,00g	0,39g	2,85g
Spenót Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, rőlt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	145,85kcal	6,08g	5,43g	18,06g	6,68g	0,28g	1,66g
Sült virsli Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Húsmester virsli	192,94kcal	1,04g	16,28g	1,04g	0,35g	1,31g	1,84g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső 'csontos', Étélizésítéssel sómentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas faszemek	171,70kcal	19,26g	7,09g	0,70g	0,01g	0,24g	0,09g
Szárnyas húsgaluska-leves Összetétel: Babérlevél, Csirkecomb felső filé, Étélizésítéssel sómentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félégházi morzsa, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás, Tojáspor (teljes), Tyúkhúsleves alap sószegegy 'Knorr', Vöröshagyma	122,87kcal	10,26g	5,37g	7,49g	2,05g	0,32g	0,30g
Székelypóráz Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Rizs 'A', Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	262,12kcal	12,18g	15,94g	19,00g	0,09g	4,13g	0,43g
Tarhonyaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítéssel sómentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	91,41kcal	2,02g	3,55g	11,66g	0,70g	0,41g	0,83g
Tavaszeleves Összetétel: Csontleves alap sószegegy 'Knorr', Étélizésítéssel sómentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritaminnal paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperzalag, Tyúkhúsleves alap sószegegy 'Knorr', Vöröshagyma	58,44kcal	2,19g	2,10g	7,20g	2,72g	0,25g	0,25g
Tea 'Citromos' Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teaf	28,42kcal	0,00g	0,00g	7,04g	7,03g	0,00g	0,00g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-től 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tej Összetétel: Tej '2,8%', Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejeskávé Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'	156,48kcal	6,10g	5,39g	20,38g	17,74g	0,20g	3,24g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	28,40kcal	0,68g	2,40g	0,80g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejfölös-túró Összetétel: Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1	35,84kcal	3,78g	1,78g	0,94g	0,00g	0,18g	0,00g
Teljes kiőrlés zsemle Összetétel: Zsemle 'Teljes Kiőrlés ' 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,00g	0,60g	0,35g
Tojáskrém Összetétel: Margarin Aro kocka, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás f zött darabolt	70,78kcal	3,11g	5,39g	0,47g	0,11g	0,30g	1,84g
Tökf zelék Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	131,48kcal	3,33g	3,94g	19,54g	8,38g	0,22g	0,34g
Törtburgonya Összetétel: Étélizésit só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tisztított burgonya	212,98kcal	5,00g	3,36g	36,82g	0,00g	0,26g	0,30g
Túró Összetétel: Túró 'Tehén' félzsíros 5/1	58,00kcal	7,00g	2,50g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Túrós bukta Összetétel: Túrós bukta 50g, Túrós bukta 70g	160,00kcal	6,50g	3,75g	24,50g	8,50g	0,24g	0,05g
Túrós tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Só 'jódozott, f z víz', Tojásmentes nagykocka	263,45kcal	7,80g	5,80g	45,00g	0,00g	0,24g	0,50g
Vadas aprópecsenye Összetétel: Babérlevél, Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	195,71kcal	9,58g	14,91g	4,51g	1,46g	0,22g	0,23g
Vajkrém Összetétel: Vajkrém(natúr) /St.Márto	24,10kcal	0,43g	2,20g	0,65g	0,03g	0,04g	0,00g
Vanília öntet Összetétel: Kristálycukor, Puding porok, Tej '2,8%', Vaníliás cukor	138,86kcal	3,90g	3,64g	22,27g	12,38g	0,19g	2,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2021.05.01.-tól 2021.05.31.-ig

Étel név , összetevő	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
Virslí Összetétel: Húsmester virslí	159,96kcal	0,93g	13,14g	0,93g	0,31g	1,18g	1,49g
Zellerkrémleves Összetétel: Étélízéshít sós mentes / Pamol, Fagy. gyöker, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, rölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Tyúkhúsleves alap sószegevény 'Knorr', Vöröshagyma, Zeller zöld	64,27kcal	2,32g	1,49g	9,69g	1,23g	0,45g	0,04g
Zöldborsóleves Összetétel: Csontleves alap sószegevény 'Knorr', Étélízéshít sós mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyöker, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma	61,29kcal	3,05g	1,50g	8,31g	2,70g	0,30g	0,19g
Zöldf szeres halpástétom Összetétel: Zöldf szeres halpástétom 130g	83,50kcal	2,18g	7,60g	1,48g	0,05g	0,33g	1,03g
Zöldhagyma Összetétel: Zöldhagyma	12,60kcal	0,27g	0,09g	2,55g	0,00g	0,00g	0,00g
Zsemle Összetétel: Vízes zsemle	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g