

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.02.	Tea 'Citromos' (13)*; Magyaros sajtkrém (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1, 2)*; Zöldpaprika;	Sárgaborsógulyás (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (6)*; Alma;	Kefír (2)*; Teavaj (2)*; Császár zsemle 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;
	EN=211,72kcal FH=5,76g ZS=4,95g SZH=35,61g CK=7,00g SÓ=1,13g TZS=0,00g	EN=727,58kcal FH=23,97g ZS=29,75g SZH=85,98g CK=15,36g SÓ=0,55g TZS=0,22g	EN=290,30kcal FH=8,84g ZS=14,05g SZH=31,03g CK=0,00g SÓ=0,61g TZS=6,05g
KEDD 2019.09.03.	F zött kakaó (2)*; Briós (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Rizseshús (5)*; Bef tt 'Alma'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Házi körözött (2)*; Kenyér 'Lenmagos' (1, 2)*; Zöldpaprika;
	EN=336,77kcal FH=11,00g ZS=9,86g SZH=49,71g CK=12,60g SÓ=0,38g TZS=1,98g	EN=635,05kcal FH=17,49g ZS=22,31g SZH=125,02g CK=9,53g SÓ=0,87g TZS=0,16g	EN=172,39kcal FH=8,29g ZS=3,92g SZH=24,64g CK=0,00g SÓ=0,99g TZS=0,09g
SZERDA 2019.09.04.	Zöldtea-citrusos (13)*; Ken májas; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Kigyóuborka;	Erdei gyümölcsleves (1, 2, 13)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Petrezselymes burgonya; Tartármártás (1, 2, 3, 11)*;	Gyümölcs joghurt 'Danone K+F' (1, 2, 3, 6)*; Rozsos párna (1)*;
	EN=207,59kcal FH=7,33g ZS=5,82g SZH=29,24g CK=7,00g SÓ=1,07g TZS=2,27g	EN=541,10kcal FH=17,20g ZS=16,91g SZH=76,93g CK=12,50g SÓ=1,06g TZS=0,65g	EN=274,00kcal FH=9,60g ZS=5,30g SZH=45,60g CK=14,80g SÓ=0,63g TZS=2,20g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.05.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliz ehely (1)*; Egyenes kifli (1, 2)*;	GombakréMLEVES (1, 2, 3, 5)*; Cs ben sült brokkoli tojással (1, 2, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Sz l ;	Párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=328,40kcal FH=12,31g ZS=5,86g SZH=57,70g CK=8,70g SÓ=0,72g TZS=0,09g	EN=559,41kcal FH=24,18g ZS=23,80g SZH=56,84g CK=0,24g SÓ=1,51g TZS=1,76g	EN=177,00kcal FH=5,71g ZS=6,00g SZH=24,90g CK=0,00g SÓ=1,20g TZS=2,22g
PÉNTEK 2019.09.06.	Tea 'Csipkebogyó' (13)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Kenyér 'Burgonyás' (1, 2)*; Zöldpaprika;	Tárkonyos zöldségleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésflekken (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Sajtos croissant (1, 2)*; Szilva;
	EN=233,92kcal FH=7,60g ZS=5,94g SZH=36,14g CK=7,00g SÓ=0,59g TZS=1,84g	EN=485,50kcal FH=32,00g ZS=12,89g SZH=57,44g CK=7,09g SÓ=0,99g TZS=0,17g	EN=225,40kcal FH=5,06g ZS=9,50g SZH=28,98g CK=0,00g SÓ=1,00g 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=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 kérhető az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.09.	Tej (2)*; Teavaj (2)*; Kifli 'Szezámagos' (1, 2, 12)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 11)*; Tészta 'Copfocska' (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Alma;	Csemege szalámi; Margarin 'Delma'; Hosszú zsemle (1)*;
	EN=346,80kcal FH=10,79g ZS=15,65g SZH=42,03g CK=0,00g SÓ=0,81g TZS=6,05g	EN=598,65kcal FH=20,14g ZS=24,74g SZH=69,36g CK=1,22g SÓ=1,12g TZS=0,90g	EN=260,88kcal FH=6,84g ZS=8,66g SZH=38,00g CK=0,00g SÓ=1,30g TZS=3,28g
KEDD 2019.09.10.	Tea 'Citromos' (13)*; Fokhagymás-petrezselymes vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Párolt sárgarépakarikák;	Csirke májaskrém; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Kigyóuborka;
	EN=173,88kcal FH=5,31g ZS=3,19g SZH=29,06g CK=7,00g SÓ=0,68g TZS=1,76g	EN=592,99kcal FH=32,10g ZS=12,92g SZH=83,20g CK=10,01g SÓ=0,72g TZS=0,20g	EN=181,20kcal FH=7,25g ZS=6,62g SZH=21,41g CK=0,00g SÓ=0,93g TZS=0,32g
SZERDA 2019.09.11.	Karamellás tej (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 6, 7, 8)*;	Francia hagymakrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Rakott burgonya (1, 2, 3)*; Fejeskáposzta-saláta;	Pizzasonka; Margarin 'Liga' (13)*; Császár zsemle 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Zöldpaprika;
	EN=457,80kcal FH=14,00g ZS=14,60g SZH=64,80g CK=11,00g SÓ=0,42g TZS=2,58g	EN=596,03kcal FH=17,32g ZS=29,04g SZH=65,81g CK=1,33g SÓ=2,39g TZS=4,96g	EN=176,50kcal FH=7,46g ZS=4,03g SZH=25,85g CK=0,00g SÓ=1,07g TZS=1,71g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.12.	Tea 'Csipkebogyó' (13)*; Vaníliás krémturó (2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Sz I ; Karfiolleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*;	Ivóyoghurt (1, 2, 3)*; Egyenes kifli 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;
	EN=259,73kcal FH=8,10g ZS=6,00g SZH=41,68g CK=14,17g SÓ=0,39g TZS=1,82g	EN=519,94kcal FH=20,05g ZS=13,32g SZH=69,83g CK=3,23g SÓ=0,72g TZS=0,21g	EN=238,25kcal FH=7,92g ZS=1,97g SZH=45,38g CK=0,00g SÓ=0,60g TZS=0,30g
PÉNTEK 2019.09.13.	Tej (2)*; Snidlinges sajtkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Zöldbableves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Túrófelfújt (1, 2, 3)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;	Burgonyás pogácsa (1)*; Szilva;
	EN=264,50kcal FH=13,20g ZS=9,49g SZH=31,75g CK=0,00g SÓ=1,02g TZS=3,17g	EN=559,93kcal FH=24,83g ZS=20,34g SZH=66,75g CK=25,32g SÓ=0,72g TZS=3,03g	EN=147,40kcal FH=2,56g ZS=4,00g SZH=22,98g CK=0,00g SÓ=0,55g 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=Szezámag; 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 vezet jét I kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.16.	F zött kakaó (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Babgulyás (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sajtos spagetti (1)*; Sajt (2)*; Tejföl (2)*; Alma;	Méz; Margarin 'Delma'; Császár zsemle 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;
	EN=365,97kcal FH=11,44g ZS=9,53g SZH=56,31g CK=11,00g SÓ=0,78g TZS=1,81g	EN=612,92kcal FH=24,84g ZS=23,91g SZH=70,52g CK=0,28g SÓ=0,74g TZS=1,91g	EN=180,50kcal FH=4,34g ZS=2,60g SZH=34,34g CK=9,85g SÓ=0,68g TZS=1,05g
KEDD 2019.09.17.	Gyümölcs tea 'Eper-meggy' (13)*; Sonkás májaskrém (4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Zöldpaprika;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; F tt burgonya;	Ivóyoghurt (1, 2, 3)*; Rozsos párna (1)*;
	EN=220,00kcal FH=7,19g ZS=7,28g SZH=29,25g CK=7,00g SÓ=0,93g TZS=0,32g	EN=489,23kcal FH=20,23g ZS=26,80g SZH=39,61g CK=0,09g SÓ=0,81g TZS=1,52g	EN=283,75kcal FH=8,52g ZS=4,07g SZH=52,03g CK=0,00g SÓ=0,50g TZS=0,50g
SZERDA 2019.09.18.	Tea 'Citromos' (13)*; Diákcsemege szalámi; Teavaj (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1, 2)*;	Csontleves cérnametélttel (1, 3, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Tökf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Alma;	Tejfölös-túró (2)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=281,21kcal FH=5,74g ZS=13,72g SZH=33,75g CK=7,00g SÓ=1,20g TZS=7,86g	EN=477,29kcal FH=15,62g ZS=21,23g SZH=50,58g CK=3,25g SÓ=1,05g TZS=0,23g	EN=248,25kcal FH=9,76g ZS=3,07g SZH=43,57g CK=0,00g SÓ=1,28g TZS=0,11g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.19.	Karamellás tej (2)*; Briós (1, 2)*;	Paradicsomleves bet tésztaival (1, 3, 5)*; Szezámos halfilé (1, 9, 12)*; Mexikói köret, rizs (5)*; Tartármártás (1, 2, 3, 11)*;	Metél hagymás vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Kigyóuborka;
	EN=341,00kcal FH=10,80g ZS=9,65g SZH=51,60g CK=14,60g SÓ=0,38g TZS=1,85g	EN=555,00kcal FH=19,30g ZS=18,16g SZH=73,71g CK=12,50g SÓ=0,95g TZS=0,33g	EN=161,40kcal FH=5,51g ZS=4,99g SZH=21,77g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=2,71g
PÉNTEK 2019.09.20.	Tea 'Csipkebogyó' (13)*; Virsli; Ketchup (1, 5)*; kenyér 'Búzakorpás' (1, 2)*;	Karalábéleves (1, 3, 5)*; Lecsós csirkemájragu hússal (5)*; Törtburgonya (5)*; Csemege uborka; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Diós kifli (1, 2, 3, 6)*; Sz I ;
	EN=297,13kcal FH=15,09g ZS=10,15g SZH=34,73g CK=7,78g SÓ=1,10g TZS=1,92g	EN=452,65kcal FH=19,37g ZS=16,76g SZH=52,35g CK=0,22g SÓ=2,06g TZS=0,20g	EN=664,77kcal FH=13,09g ZS=25,01g SZH=92,72g CK=20,20g SÓ=2,71g TZS=2,08g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

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

TZS=Telített 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 2019.09.23.	Tej (2)*; Paradicsomos halpástétom (9)*; Hosszú zsemle (1)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor; Alma;	Csemege szalámi; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Pritaminpaprika;
	EN=356,00kcal FH=12,90g ZS=12,26g SZH=49,38g CK=0,06g SÓ=1,09g TZS=1,08g	EN=555,01kcal FH=21,31g ZS=8,45g SZH=94,71g CK=26,02g SÓ=0,62g TZS=0,63g	EN=208,68kcal FH=7,53g ZS=9,02g SZH=22,31g CK=0,00g SÓ=1,21g TZS=3,54g
KEDD 2019.09.24.	Zöldtea-citrusos (13)*; F tt tojás (3)*; Margarin 'Liga' (13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Sárgarépakarikák;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Csirkepörkölt (1, 5)*; Galuska (1, 3)*; Csemege uborka;	Gyümölcs joghurt 'Danone K+F' (1, 2, 3, 6)*; Búzakorpás diákrúd (1, 2)*;
	EN=245,59kcal FH=9,79g ZS=7,05g SZH=30,58g CK=7,00g SÓ=0,78g TZS=1,01g	EN=623,13kcal FH=30,40g ZS=12,48g SZH=91,29g CK=0,09g SÓ=3,36g TZS=0,03g	EN=253,40kcal FH=8,84g ZS=3,95g SZH=44,45g CK=14,80g SÓ=0,76g TZS=2,15g
SZERDA 2019.09.25.	Tej (2)*; Teavaj (2)*; Zsemle 'Zabpelyhes' (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Majorannás húsoskáposzta (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Túró Rudi (2)*;	Sajtkrém (2)*; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Lilahagyma;
	EN=327,54kcal FH=10,34g ZS=12,94g SZH=43,42g CK=0,00g SÓ=0,65g TZS=5,80g	EN=522,29kcal FH=20,30g ZS=25,76g SZH=49,88g CK=11,00g SÓ=1,96g TZS=4,69g	EN=180,45kcal FH=6,04g ZS=4,51g SZH=26,94g CK=0,00g SÓ=1,16g TZS=2,76g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.26.	F zött kakaó (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Francia hagymakrémleves rizsszemtésztaival (1, 2, 3, 5)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2)*; Joghurtos öntet (2)*;	Kapros túrókrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Kigyóuborka;
	EN=343,89kcal FH=11,32g ZS=5,93g SZH=51,17g CK=13,50g SÓ=0,40g TZS=1,95g	EN=464,46kcal FH=35,64g ZS=13,96g SZH=47,98g CK=0,40g SÓ=0,72g TZS=1,94g	EN=166,37kcal FH=9,60g ZS=3,32g SZH=22,34g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,32g
PÉNTEK 2019.09.27.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó' (13)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Zöldpaprika;	Alföldileves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertéspörkölt; Kelbimbóf zelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Szilva;	Vajaskifli (1, 2)*; Süt tök 'sült';
	EN=214,90kcal FH=6,31g ZS=5,38g SZH=34,35g CK=7,00g SÓ=1,32g TZS=1,38g	EN=527,60kcal FH=24,49g ZS=23,40g SZH=45,37g CK=0,38g SÓ=1,03g TZS=0,22g	EN=312,40kcal FH=8,80g ZS=3,80g SZH=60,40g CK=0,00g SÓ=0,35g 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=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 kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.30.	Tej (2)*; Teavaj (2)*; Egyenes kifli (1, 2)*; Zöldpaprika;	Burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Magyaros húsos zöldségtál (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Ken májas; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;
	EN=293,90kcal FH=10,40g ZS=13,49g SZH=34,93g CK=0,00g SÓ=0,48g TZS=5,70g	EN=558,04kcal FH=22,85g ZS=13,45g SZH=81,66g CK=0,44g SÓ=1,20g TZS=0,02g	EN=172,40kcal FH=6,95g ZS=5,79g SZH=21,28g CK=0,00g SÓ=1,07g TZS=2,27g
KEDD 2019.10.01.	Karamellás tej (2)*; Margarin 'Delma'; Császár zsemle 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Daragombóclevés (1, 3, 5)*; Vagdalt tojással (1, 3, 5)*; Szárazbabf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli 'Korpás' (1, 2)*;
	EN=312,50kcal FH=11,10g ZS=8,20g SZH=46,05g CK=11,00g SÓ=0,68g TZS=1,05g	EN=587,93kcal FH=27,94g ZS=21,27g SZH=65,11g CK=1,77g SÓ=1,20g TZS=0,62g	EN=306,50kcal FH=9,12g ZS=7,60g SZH=48,50g CK=16,25g SÓ=1,03g TZS=3,10g
SZERDA 2019.10.02.	Vaníliás tej (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 6, 7, 8)*;	GombakréMLEVES (1, 2, 3, 5)*; Pirított zsemlelecker (1, 2)*; Pulyka aprópecsenye (1)*; Tészta 'Orsó' (1)*; Mandarin;	Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma'; Zöldhagyma; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;
	EN=429,76kcal FH=14,00g ZS=12,00g SZH=63,79g CK=9,99g SÓ=0,42g TZS=2,58g	EN=542,38kcal FH=26,50g ZS=16,51g SZH=67,69g CK=0,21g SÓ=0,86g TZS=0,39g	EN=192,20kcal FH=7,28g ZS=6,78g SZH=23,77g CK=0,00g SÓ=1,13g TZS=2,29g
CSÜTÖRTÖK 2019.10.03.	Gyümölcs tea 'Meggy' (13)*; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Kigyóuborka;	Fahéjas almaleves (1, 2)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Burgonyapüré (2)*; Joghurtos öntet (2)*;	Zöldf szeres sajtkrém (2)*; Kenyér 'Lenmagos' (1, 2)*; Zöldpaprika;
	EN=191,68kcal FH=8,35g ZS=2,51g SZH=31,25g CK=7,00g SÓ=0,85g TZS=0,00g	EN=434,52kcal FH=16,04g ZS=15,72g SZH=54,96g CK=10,00g SÓ=0,65g TZS=2,09g	EN=181,35kcal FH=6,15g ZS=6,17g SZH=24,60g CK=0,00g SÓ=1,22g TZS=0,09g
PÉNTEK 2019.10.04.	Zöldtea-citrusos (13)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*; Kigyóuborka;	Szárnyas húsgaluska-leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tejbedara (1, 2)*; Kakaós cukor;	Kefír (2)*; Csavart kifli (1, 2, 3)*;
	EN=224,77kcal FH=8,44g ZS=6,42g SZH=30,80g CK=7,00g SÓ=0,93g TZS=2,15g	EN=451,81kcal FH=23,40g ZS=8,15g SZH=67,86g CK=27,85g SÓ=0,41g TZS=0,60g	EN=253,75kcal FH=9,01g ZS=6,73g SZH=38,43g CK=0,00g SÓ=0,65g TZS=0,77g

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 vezető jét I kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér csík, Fagy. sárgarépa csík, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Lecsó(natúr 30%), rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Tojásos gyufatészta	66,30kcal	1,52g	2,22g	9,60g	0,22g	0,24g	0,10g
Alma Összetétel: Alma/Idared	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Babgulyás Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Lecsó(natúr 30%), Marhaapróhús/gulyáskocka, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Szárazbab/gyöngy, Tojás	233,49kcal	12,67g	11,91g	16,96g	0,28g	0,42g	0,03g
Befőtt 'Alma' Összetétel: Almabefőtt 5/1	59,50kcal	0,00g	0,00g	54,60g	9,24g	0,00g	0,00g
Briós Összetétel: Briós 50gr, Briós kicsi 70gr.	173,00kcal	4,00g	4,05g	30,00g	3,60g	0,38g	1,85g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. vöröshagyma, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott)	273,85kcal	6,25g	6,21g	40,47g	0,54g	0,20g	0,17g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Fagy. zeller kocka, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Lecsó(natúr 30%), Petrezselyem zöld, Só (jódozott)	112,24kcal	2,69g	3,22g	17,56g	0,00g	0,71g	0,10g
Burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Csontleves alap sómentes 'Hügli', Ételecet 10%, Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Fagy. zeller kocka, Finomliszt BL55, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Köménymag, Lecsó(natúr 30%), rólt fekete bors, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Zeller zöld	69,56kcal	1,70g	1,57g	11,69g	0,28g	0,39g	0,02g
Burgonyapüré Összetétel: Kocka Waja margarin, Só (jódozott), Só (jódozott, f z víz), Tej 5/1 (1,5%), Tisztított burgonya	172,50kcal	4,66g	2,71g	32,91g	0,00g	0,23g	0,96g
Burgonyás pogácsa Összetétel: Burgonyás pogácsa 50gr, Burgonyás pogácsa 70gr	101,00kcal	2,00g	4,00g	12,50g	0,00g	0,55g	0,00g
Búzakorpás diákrúd Összetétel: Búzakorpás diákrúd 43gr.	149,40kcal	4,14g	1,35g	29,25g	0,00g	0,63g	0,45g
Császár zsemle 'Teljes kiőrlés' Összetétel: Teljes kiőrlés császár zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,00g	0,60g	0,35g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,88kcal	2,16g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,52g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	12,00kcal	0,54g	0,00g	1,26g	0,00g	0,96g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csikós tokány	269,95kcal	12,92g	22,08g	2,68g	0,00g	0,28g	1,12g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Lecsó(natúr 30%), rőlt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%							
Csirke májaskrém	58,80kcal	2,00g	5,60g	0,20g	0,00g	0,30g	0,00g
Összetétel: Csirke májaskrém 50g 'Eurofood'							
Csirkepörkölt	136,87kcal	15,11g	6,50g	2,97g	0,09g	0,18g	0,01g
Összetétel: Csemege paprika, Csirke comb fels 'csontos', Csirke comb fels 'filé', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. pritamin paprika, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Köménymag, Lecsó(natúr 30%), rőlt fekete bors, Só (jódozott)							
Csontleves cérnametélttel	54,98kcal	1,51g	2,15g	6,72g	0,25g	0,35g	0,02g
Összetétel: Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér csik, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa csík, Fagy. vöröshagyma, Fagy. zeller csík, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só (jódozott), Tojásos cérnametélt							
Cs ben sült brokkoli tojással	374,09kcal	19,44g	21,46g	22,53g	0,16g	0,96g	1,42g
Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. fokhagyma, Finomliszt BL55, Kocka Waja margarin, Köménymag, rőlt fekete bors, Sajtok/reszelt/Trappista, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Só (jódozott, f z víz), Szerecsendió, Tej 5/1 (1,5%), Tejföl 5/1 12%, Tisztított burgonya, Tojás, Tojás f zött,tiszt.(Capriovus)							
Csurgatott tojásleves	80,58kcal	3,67g	4,56g	5,60g	0,09g	0,37g	0,35g
Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Köménymag, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tojás, Tojáslé							
Diákcsemege szalámi	56,28kcal	2,40g	5,16g	0,06g	0,00g	0,52g	2,16g
Összetétel: Diákcsemege szalámi							
Diós kifli	586,77kcal	12,49g	25,01g	74,63g	20,20g	2,71g	2,08g
Összetétel: Citrom, Dióbél, Élesztő, Finomliszt BL55, Kocka Waja margarin, Kristálycukor, Porcukor, Sertés zsír, Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%), Tojás, Vaníliás cukor							
Diós metélt	270,48kcal	7,20g	6,36g	44,40g	0,00g	0,17g	0,18g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott, f z víz), Tojásmentes metéltészta							
Diós porcukor	190,80kcal	3,72g	11,40g	17,34g	15,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Dióbél, Porcukor							
Dzsungel reggeliző hely	112,80kcal	2,31g	0,66g	23,70g	8,70g	0,25g	0,09g
Összetétel: Dzsungel reggeliző hely 30g							
Egyenes kifli	123,60kcal	4,00g	1,20g	24,00g	0,00g	0,47g	0,00g
Összetétel: Egyenes kifli tejes 40g							
Egyenes kifli 'Teljes kiőrlés'	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,00g	0,60g	0,30g
Összetétel: Teljes kiőrlés egyenes kifli 50g							
Erdei gyümölcsleves	93,77kcal	1,05g	0,81g	21,00g	11,00g	0,19g	0,19g
Összetétel: Citrom, Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só (jódozott), Szegf szeg							

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Fahéjas szilvaleves	102,86kcal	1,12g	0,71g	23,21g	10,00g	0,19g	0,19g
Összetétel: Citrom, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só (jódozott), Szegf szeg							
Fasírt	198,63kcal	8,08g	14,94g	5,46g	0,00g	0,27g	0,10g
Összetétel: Csemege paprika, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, rölt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tojás, Tojáspor(teljes), Zsemlemorzsa							
Fatörzskifli	180,12kcal	4,32g	0,12g	31,46g	4,50g	0,40g	1,82g
Összetétel: Fatörzskifli 57gr.							
Fejeskáposzta-saláta	3,38kcal	0,20g	0,06g	0,64g	0,43g	0,76g	0,00g
Összetétel: Fejeskáposzta-saláta							
Fokhagymás-petrezselymes vajkrém	26,20kcal	0,35g	2,20g	1,25g	0,00g	0,05g	1,45g
Összetétel: Fokhagymás petrezselymes vajkrém							
Fonott kalács	174,20kcal	3,90g	4,00g	29,64g	3,59g	0,39g	1,82g
Összetétel: Fonott kalács 0,5kg, Fonott kalács 1kg							
Fonottka 'Napraforgómagos'	289,80kcal	7,20g	9,00g	43,20g	0,00g	0,42g	2,58g
Összetétel: Napraforgómagos fonottka 60g							
F tt burgonya	138,70kcal	3,64g	0,17g	31,34g	0,00g	0,17g	0,05g
Összetétel: Köménymag, Só (jódozott, f z víz), Tisztított burgonya							
F tt tojás	65,20kcal	4,40g	4,00g	0,00g	0,00g	0,14g	0,00g
Összetétel: Tojás f zött,tiszt.(Capriovus)							
F zött kakaó	163,77kcal	7,00g	5,81g	19,71g	9,00g	0,00g	0,13g
Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej (2,8%), Tej 5/1 (1,5%)							
Francia hagymakrémleves	72,21kcal	1,89g	2,34g	10,74g	0,00g	0,27g	0,00g
Összetétel: Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Szárított metél hagyma, Szerecsendió, Tejföl 5/1 12%							
Francia hagymakrémleves rizsszeméztáival	80,19kcal	2,18g	2,39g	12,25g	0,09g	0,27g	0,02g
Összetétel: Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Szerecsendió, Tejföl 5/1 12%, Tojásos rizsszem							
Galuska	409,24kcal	11,46g	4,46g	77,69g	0,00g	1,79g	0,00g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Só (jódozott), Tojás							
Gombakrémleves	65,08kcal	2,38g	1,99g	8,85g	0,08g	0,33g	0,22g
Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, F z tejszín 10%, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Tojásos gy r tészta							

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcs joghurt 'Danone K+F' Összetétel: Danone könnyű és finom gyüm.joghurt 125g	104,00kcal	4,70g	2,60g	15,20g	14,80g	0,13g	1,70g
Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó' Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres/ Gastfood, Kristálycukor	31,60kcal	0,08g	0,00g	7,45g	7,00g	0,00g	0,00g
Gyümölcs tea 'Eper-meggy' Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres/ Gastfood, Kristálycukor	31,60kcal	0,08g	0,00g	7,45g	7,00g	0,00g	0,00g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Fagy. vöröshagyma, Köménymag, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	43,54kcal	4,24g	2,25g	1,24g	0,00g	0,22g	0,00g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle 53gr.	180,00kcal	4,68g	0,66g	37,80g	0,00g	0,72g	0,06g
Ivójoghurt Összetétel: Ivójoghurt/Szivecske 125g	113,75kcal	3,62g	1,37g	21,63g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurtos öntet Összetétel: Joghurt(natúr) literes	24,80kcal	1,36g	1,44g	1,60g	0,00g	0,04g	0,96g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	79,08kcal	0,80g	0,84g	16,44g	16,00g	0,00g	0,52g
Kapros turókrém Összetétel: Kapor, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	43,97kcal	4,35g	2,30g	1,13g	0,00g	0,10g	0,00g
Karalábéleves Összetétel: Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tojásos eperszalag, Zeller zöld	53,62kcal	1,64g	2,11g	6,49g	0,13g	0,23g	0,03g
Karamellás tej Összetétel: Kristálycukor, Tej (2,8%), Tej 5/1 (1,5%)	168,00kcal	6,80g	5,60g	21,60g	11,00g	0,00g	0,00g
Karfiolleves Összetétel: Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tojásos rizsszem	49,64kcal	1,90g	2,37g	4,69g	0,09g	0,30g	0,03g
Kefír Összetétel: Kefír	91,50kcal	4,50g	5,25g	6,75g	0,00g	0,00g	0,00g
Kelbimbóf zelék Összetétel: Étélizésító só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. kelbimbo, Finomliszt BL55, Köménymag, Majoranna, Só (jódozott), Tisztított burgonya	136,18kcal	7,99g	1,97g	16,02g	0,16g	0,36g	0,01g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Ken májas Összetétel: Ken májas	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,58g	0,00g	0,44g	1,96g
Kenyér 'Burgonyás' Összetétel: Burgonyáskenyér 1kg	125,55kcal	4,05g	0,45g	25,65g	0,00g	0,29g	0,00g
kenyér 'Búzakorpás' Összetétel: Búzakorpás kenyér 1kg	122,40kcal	4,05g	0,90g	24,75g	0,00g	0,27g	0,00g
Kenyér 'Félbarna' Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	115,20kcal	3,33g	0,36g	24,30g	0,00g	0,68g	0,00g
Kenyér 'Félbarna' Összetétel: Félbarna kenyér 1kg	40,96kcal	1,18g	0,13g	8,64g	0,00g	0,24g	0,00g
Kenyér 'Kukoricás' Összetétel: Kukoricás kenyér 1kg	123,75kcal	3,29g	0,36g	26,55g	0,00g	0,68g	0,00g
Kenyér 'Lenmagos' Összetétel: Lenmagos kenyér 1kg	122,85kcal	3,69g	1,58g	22,50g	0,00g	0,77g	0,09g
Kenyér 'Magvas' Összetétel: Magvas kenyér 1kg	135,90kcal	4,23g	2,21g	24,30g	0,00g	0,77g	0,18g
Kenyér 'Rozs' Összetétel: Rozskenyér 1kg	112,95kcal	3,74g	0,23g	22,05g	0,00g	0,63g	0,00g
Kenyér 'Teljes kiörlés ' Összetétel: Teljes kiörlés kenyér 1kg	42,24kcal	1,76g	0,35g	7,36g	0,00g	0,22g	0,11g
Kenyér 'Teljes kiörlés ' Összetétel: Teljes kiörlés kenyér 1kg	118,80kcal	4,95g	0,99g	20,70g	0,00g	0,63g	0,32g
Ketchup Összetétel: Ketchup	5,50kcal	0,05g	0,01g	1,29g	0,78g	0,21g	0,00g
Kifli 'Szezámagos' Összetétel: Szezámagos kifli 43gr.	182,50kcal	4,75g	3,45g	32,00g	0,00g	0,80g	0,35g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Lecsós csirkemájragu hússal Összetétel: Csemege paprika, Csirke máj, Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, Lecsó(natúr 30%), Majoranna, rólt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott)	162,85kcal	11,39g	11,36g	2,41g	0,09g	0,35g	0,00g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Lilahagyma Összetétel: Lilahagyma	12,00kcal	0,36g	0,03g	2,49g	0,00g	0,00g	0,00g
Magyaros húsos zöldségtál Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. mexikói zölds., Fagy. vöröshagyma, Fagy. zöldbab, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Pulyka fehér apró, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%	142,38kcal	15,29g	5,93g	6,07g	0,00g	0,54g	0,00g
Magyaros sajtkrém Összetétel: Magyaros sajtkrém/St.Mártoni	53,10kcal	2,10g	4,50g	1,05g	0,00g	0,45g	0,00g
Májgaluskaleves Összetétel: Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Majoranna, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só (jódozott), Tojás, Tojáspor(teljes), Zsemlemorzsa	115,48kcal	8,07g	3,51g	12,14g	0,02g	0,41g	0,11g
Majorannás húsoskáposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, Fejes káposzta, Finomliszt BL55, Köménymag, Majoranna, rólt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%	271,21kcal	13,47g	17,36g	12,96g	0,00g	0,98g	0,00g
Margarin 'Delma' Összetétel: Delma light margarin 500gr.	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,20g	0,00g	0,08g	0,70g
Margarin 'Liga' Összetétel: Liga margarin csészés 20%	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,01g	0,70g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Csirke comb felső 'filé', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fűszerkeverék 'Hügli', Só (jódozott), Sűrített paradicsom tart.mentes	118,45kcal	11,29g	4,74g	6,57g	2,60g	0,22g	0,01g
Metél hagymás vajkrém Összetétel: Metél hagymás vajkrém	39,00kcal	0,26g	3,97g	0,56g	0,00g	0,10g	2,40g
Mexikói köret, rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zölds., Rizs 'A', Só (jódozott)	215,02kcal	6,23g	2,34g	41,51g	0,00g	0,20g	0,00g
Méz Összetétel: Méz(vegyes virág)	36,00kcal	0,04g	0,00g	9,89g	9,85g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55gr.	202,20kcal	4,44g	3,72g	36,60g	2,00g	0,78g	1,68g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betéttel Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. vörshagyma, Fagy. zeller kocka, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só (jódozott), Sótított paradicsom tart.mentes, Tojásos betét, Zeller zöld	117,92kcal	2,36g	3,12g	19,01g	11,00g	0,25g	0,05g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos halpástétom 130g	84,00kcal	2,23g	7,60g	1,58g	0,06g	0,38g	1,03g
Párizsi Összetétel: Párizsi SERTÉS	43,80kcal	2,38g	3,64g	0,40g	0,00g	0,44g	1,52g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítéssel mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. vörshagyma, rőlt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott)	312,00kcal	5,43g	5,96g	56,20g	0,16g	0,27g	0,00g
Párolt sárgarépakarikák Összetétel: Sárgarépa	16,00kcal	0,48g	0,08g	3,24g	0,00g	0,00g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Só (jódozott, f z víz), Tisztított burgonya	182,44kcal	4,08g	2,94g	34,84g	0,00g	0,19g	0,05g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizésítéssel mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. vörshagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott)	301,54kcal	5,37g	5,04g	56,05g	0,00g	0,30g	0,00g
Pizzasonka Összetétel: Pizza sonka /Gallicoop	26,00kcal	2,80g	1,34g	0,70g	0,00g	0,46g	0,66g
Pritaminpaprika Összetétel: Pritamin paprika	9,00kcal	0,42g	0,03g	1,41g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott burgonya Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, rőlt fekete bors, Só (jódozott), Só (jódozott, f z víz), Tejföl 5/1 12%, Tisztított burgonya, Tojás főtt, tiszt.(Capriovus)	445,74kcal	14,03g	22,44g	46,48g	0,00g	1,22g	4,96g
Rántott halfilé Összetétel: Étőlaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Halfilé(Pangasius), Só (jódozott), Tojáspor(teljes), Zsemlemorzsa	219,97kcal	11,59g	9,79g	18,06g	0,00g	0,43g	0,13g
Reszelt tésztaleves Összetétel: Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésítéssel mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér csík, Fagy. sárgarépa csík, Fagy. vörshagyma, Fagy. zeller csík, rőlt fekete bors, Só (jódozott), Tojás, Tojásos csipetke	60,23kcal	1,63g	2,21g	7,81g	0,13g	0,34g	0,05g
Rizseshús Összetétel: Étélizésítéssel mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vörshagyma, Lecsó(natur 30%), rőlt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka / csn, Só (jódozott)	473,08kcal	14,10g	19,75g	55,25g	0,16g	0,30g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rozmaringos sült csirkecomb Összetétel: Csirke comb felső rész, 'csontos', Étélizésíték só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rozmaring, Só (jódozott), Szárnyas fészkeverék 'Hügli'	186,96kcal	27,45g	7,41g	1,22g	0,32g	0,18g	0,00g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	170,00kcal	4,90g	2,70g	30,40g	0,00g	0,50g	0,50g
Sajt Összetétel: Sajtok/reszelt/Trappista	39,25kcal	3,25g	2,88g	0,06g	0,00g	0,20g	1,88g
Sajtkrém Összetétel: Sajtkrém natúr Kg./Sajtmester	55,50kcal	1,95g	4,26g	2,40g	0,00g	0,53g	2,76g
Sajtos croissant Összetétel: Sajtos croissant 50gr, Sajtos croissant 70g	179,00kcal	4,50g	9,50g	18,50g	0,00g	1,00g	0,00g
Sajtos spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott, fűz víz), Tojásmentes spagetti/durum	277,68kcal	7,80g	6,72g	45,00g	0,00g	0,12g	0,00g
Sárgaborsógulyás Összetétel: Csemege paprika, Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésíték só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Rölt fekete bors, Sárgaborsó, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tojásos kiskagylótészta	232,20kcal	12,61g	11,99g	16,54g	0,36g	0,38g	0,04g
Sárgarépakarikák Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	0,00g	0,00g	0,00g
Sertésflekken Összetétel: Csemege paprika, Étélizésíték só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. fokhagyma, Finomliszt BL55, Rölt fekete bors, Sertés fészkeverék 'Hügli', Sertés karaj/ csn, Só (jódozott)	133,79kcal	15,17g	6,35g	2,82g	0,09g	0,23g	0,01g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. vöröshagyma, Köménymag, Lecsó(natúr 30%), Rölt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Sertés paradicsom tart.mentes	236,49kcal	12,67g	18,86g	1,91g	0,00g	0,21g	0,01g
Snidlinges sajtkrém Összetétel: Snidlinges sajtkrém kg./St.Mátrtoni	53,70kcal	2,25g	4,50g	1,05g	0,00g	0,39g	2,85g
Sonkás májaskrém Összetétel: Sonkás májaskrém 50gr/Eurofood	63,60kcal	1,80g	6,20g	0,20g	0,00g	0,30g	0,00g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csirke comb felső rész, 'csontos', Étélizésíték só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só (jódozott), Szárnyas fészkeverék 'Hügli'	172,59kcal	25,14g	7,09g	0,70g	0,01g	0,24g	0,00g
Sütőtök 'sült' Összetétel: Sütőtök	112,00kcal	2,80g	1,40g	23,80g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Szezámós halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Halfilé(Pangasius), rölt fekete bors, Só (jódozott), Szezám, Zsemlemorzsa	177,14kcal	10,23g	9,34g	10,16g	0,00g	0,25g	0,01g
Szilva Összetétel: Szilva	46,40kcal	0,56g	0,00g	10,48g	0,00g	0,00g	0,00g
Sz I Összetétel: Sz I	78,00kcal	0,60g	0,00g	18,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Tarhonyaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Füstölt szalonna, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Lecsó(natúr 30%), rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya	88,15kcal	1,67g	3,81g	11,29g	0,22g	0,36g	0,77g
Tárkonyos zöldségleves Összetétel: Étélízest só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Fagy. zeller kocka, Fagy. zöldborsó, rölt fekete bors, Só (jódozott), Tárkony, Tejföl 5/1 12%, Tojásos eperkocka	62,17kcal	2,15g	2,48g	7,24g	0,00g	0,43g	0,05g
Tartármártás Összetétel: Majonéz, Mustár, Porcukor, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%	44,92kcal	0,49g	3,36g	3,04g	1,50g	0,25g	0,28g
Tea 'Citromos' Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teaf (fekete tea)	28,88kcal	0,01g	0,00g	7,11g	7,00g	0,00g	0,00g
Tea 'Csipkebogyó' Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres/ Gastfood, Kristálycukor	31,60kcal	0,08g	0,00g	7,45g	7,00g	0,00g	0,00g
Teavaj Összetétel: Teavaj 82%	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej Összetétel: Tej 5/1 (1,5%), Tej UHT 1,5%	92,00kcal	6,00g	4,00g	10,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%)	326,35kcal	12,00g	4,10g	58,44g	10,00g	0,20g	0,00g
Tejföl Összetétel: Tejföl 5/1 12%	28,40kcal	0,68g	2,40g	0,80g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejfölös-túró Összetétel: Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	43,90kcal	4,35g	2,30g	1,12g	0,00g	0,18g	0,00g
Tészta 'Copfocska' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott, f z víz), Tojásmentes copfocska	231,40kcal	6,50g	5,60g	37,50g	0,00g	0,30g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Toast sonka Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet	23,40kcal	1,64g	1,08g	1,50g	0,00g	0,48g	0,50g
Tojáskrém Összetétel: Kocka Waja margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Tojás f zött darabolt	70,78kcal	3,11g	5,39g	2,14g	0,00g	0,30g	1,84g
Tökf zelék Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%), Tejföl 5/1 12%	147,35kcal	3,82g	3,79g	23,33g	3,00g	0,20g	0,00g
Törtburgonya Összetétel: Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Só (jódozott), Só (jódozott, f z víz), Tisztított burgonya	181,94kcal	4,04g	2,94g	34,83g	0,00g	0,30g	0,05g
Túró Rudi Összetétel: Túró Rudi	96,60kcal	2,37g	4,83g	12,00g	11,00g	0,04g	4,47g
Túrófelfújt Összetétel: Búzadara, Citrom, Finomliszt BL55, Kocka Waja margarin, Kristálycukor, Mazsola, Süt por, Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%, Tojásfehérje lé, Tojáslé, Tojássárgája lé, Vaníliás cukor	451,39kcal	21,42g	17,22g	49,88g	24,76g	0,19g	3,00g
Vadas aprópecsenye Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%	202,76kcal	9,77g	14,97g	5,51g	1,00g	0,24g	0,02g
Vajaskifli Összetétel: Vajas kifli	200,40kcal	6,00g	2,40g	36,60g	0,00g	0,35g	0,00g
Vaníliás krémturó Összetétel: Porcukor, Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%, Vaníliás cukor	53,94kcal	4,12g	1,99g	4,59g	3,59g	0,00g	0,00g
Virslis Összetétel: Virsli (baromfi) /Palini	137,64kcal	10,91g	9,24g	1,24g	0,00g	0,62g	1,92g
Zöldbableves Összetétel: Csemege paprika, Ételecet 10%, Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. fokhagyma, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Gulyásleves alap sómentes 'Hügli', Kapor, Kristálycukor, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Tojásos kiskocka	67,58kcal	2,23g	2,99g	8,23g	0,56g	0,29g	0,03g
Zöldborsóf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%)	247,30kcal	12,92g	3,71g	40,01g	7,00g	0,10g	0,00g
Zöldborsóleves csipetkével Összetétel: Csontleves alap sómentes 'Hügli', Étélizésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. vöröshagyma, Fagy. zeller kocka, Fagy. zöldborsó, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tojásos csipetke	65,03kcal	3,30g	1,52g	9,38g	0,00g	0,43g	0,02g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g

