

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.09.30.	Limonádé; Sajtos rúd (1, 2, 3)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Alma;	Liga Margarin; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*;
	EN=260,30kcal FH=4,35g ZS=14,20g SZH=27,25g CK=8,22g SÓ=1,05g TZS=7,10g	EN=553,68kcal FH=16,76g ZS=25,58g SZH=61,43g CK=17,39g SÓ=0,58g TZS=0,60g	EN=198,05kcal FH=6,69g ZS=5,73g SZH=29,02g CK=0,31g SÓ=1,12g TZS=2,12g
KEDD 2024.10.01.	Erdei gyümölcs tea; Kockasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Tejszínes sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=222,14kcal FH=6,02g ZS=6,10g SZH=33,80g CK=7,43g SÓ=1,30g TZS=3,20g	EN=604,05kcal FH=23,07g ZS=34,04g SZH=65,12g CK=2,26g SÓ=0,52g TZS=1,91g	EN=179,75kcal FH=6,37g ZS=5,34g SZH=26,50g CK=0,84g SÓ=1,07g TZS=2,00g
SZERDA 2024.10.02.	Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Sárgarépa;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt szórat (2)*;	Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=247,04kcal FH=10,91g ZS=5,91g SZH=37,59g CK=11,51g SÓ=0,93g TZS=2,04g	EN=530,21kcal FH=21,96g ZS=22,48g SZH=58,61g CK=7,57g SÓ=0,94g TZS=3,50g	EN=209,10kcal FH=3,99g ZS=8,65g SZH=30,21g CK=10,12g SÓ=0,65g TZS=5,88g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.03.	Csokoládé ízű tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggymártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=260,56kcal FH=10,25g ZS=4,36g SZH=44,46g CK=11,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN=556,96kcal FH=26,28g ZS=14,95g SZH=70,82g CK=30,05g SÓ=0,52g TZS=1,08g	EN=187,90kcal FH=6,39g ZS=8,08g SZH=22,28g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,20g
PÉNTEK 2024.10.04.	Erdei gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Zsemle (1)*;
	EN=202,72kcal FH=7,10g ZS=5,84g SZH=28,14g CK=7,40g SÓ=0,93g TZS=2,02g	EN=609,41kcal FH=24,03g ZS=17,57g SZH=99,78g CK=43,51g SÓ=0,50g TZS=2,60g	EN=195,95kcal FH=6,19g ZS=4,79g SZH=31,07g CK=0,16g SÓ=1,16g TZS=3,08g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

Tápányagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;
10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.10.07.	Eper-meggy gyümölcs tea; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Bakonyi szárnyasragu leves (1, 2, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Briós (1, 2, 3)*;
	EN=213,18kcal FH=6,49g ZS=8,12g SZH=28,29g CK=7,41g SÓ=1,19g TZS=3,06g	EN=616,41kcal FH=21,79g ZS=18,16g SZH=89,05g CK=32,83g SÓ=0,92g TZS=6,06g	EN=196,00kcal FH=3,95g ZS=3,75g SZH=35,80g CK=11,75g SÓ=0,35g TZS=1,85g
KEDD 2024.10.08.	Tiramisu ízű tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=288,43kcal FH=10,16g ZS=6,91g SZH=45,70g CK=14,15g SÓ=0,58g TZS=3,83g	EN=536,40kcal FH=21,16g ZS=23,97g SZH=56,06g CK=17,94g SÓ=1,43g TZS=3,21g	EN=151,15kcal FH=4,73g ZS=2,71g SZH=26,87g CK=0,61g SÓ=0,67g TZS=0,04g
SZERDA 2024.10.09.	Erdei gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Zöldségleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Fonottka (1, 2)*;
	EN=194,94kcal FH=7,13g ZS=5,88g SZH=28,59g CK=7,45g SÓ=1,15g TZS=1,98g	EN=614,65kcal FH=20,92g ZS=20,16g SZH=88,34g CK=17,42g SÓ=0,79g TZS=0,98g	EN=240,50kcal FH=9,15g ZS=6,75g SZH=34,90g CK=7,90g SÓ=0,65g TZS=4,30g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.10.	Meggyes gyümölcs Tea; Kakaós csiga (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizibizi (5)*; Céklasaláta (6, 15)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=228,14kcal FH=3,02g ZS=9,75g SZH=30,93g CK=16,23g SÓ=0,47g TZS=4,90g	EN=602,04kcal FH=37,82g ZS=18,26g SZH=77,62g CK=4,11g SÓ=1,63g TZS=1,13g	EN=158,40kcal FH=6,36g ZS=5,65g SZH=20,64g CK=0,42g SÓ=1,11g TZS=1,98g
PÉNTEK 2024.10.11.	Csipkebogyó tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Halrudacsok panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;	Magyaros vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN=227,69kcal FH=10,53g ZS=8,20g SZH=27,72g CK=7,35g SÓ=1,21g TZS=4,53g	EN=540,42kcal FH=15,49g ZS=13,25g SZH=85,29g CK=25,04g SÓ=1,06g TZS=3,07g	EN=170,75kcal FH=5,00g ZS=2,92g SZH=30,07g CK=0,16g SÓ=0,68g TZS=1,78g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

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

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

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.10.14.	Eper íz tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Jókai bablevés (1, 2, 4, 5)*; Tészta 'Fodroskocka' (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;
	EN=260,76kcal FH=10,25g ZS=4,35g SZH=43,06g CK=11,10g SÓ=0,70g TZS=2,50g	EN=641,13kcal FH=26,80g ZS=21,53g SZH=83,13g CK=23,40g SÓ=0,45g TZS=1,51g	EN=218,90kcal FH=6,58g ZS=8,07g SZH=29,57g CK=0,32g SÓ=0,95g TZS=1,20g
KEDD 2024.10.15.	Tej (2)*; Magorókrém (2, 6, 8)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;	Vajkrém (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;
	EN=237,40kcal FH=10,12g ZS=6,45g SZH=34,90g CK=9,67g SÓ=0,89g TZS=2,18g	EN=489,75kcal FH=20,78g ZS=15,38g SZH=62,37g CK=11,13g SÓ=1,74g TZS=4,51g	EN=260,50kcal FH=5,95g ZS=9,10g SZH=37,25g CK=6,03g SÓ=0,46g TZS=2,64g
SZERDA 2024.10.16.	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Carbonara szósz (1, 2)*; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=281,52kcal FH=6,43g ZS=8,63g SZH=43,13g CK=16,72g SÓ=0,43g TZS=6,11g	EN=625,17kcal FH=21,96g ZS=26,11g SZH=73,51g CK=4,64g SÓ=1,28g TZS=3,62g	EN=160,20kcal FH=6,76g ZS=5,85g SZH=20,70g CK=0,42g SÓ=1,15g TZS=1,98g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.17.	Erdei gyümölcs tea; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Zsemle (1)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Alma befőtt;	Sonkás krém 50g Eurofood ; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=242,83kcal FH=7,42g ZS=5,98g SZH=36,53g CK=7,29g SÓ=1,07g TZS=2,16g	EN=539,60kcal FH=19,11g ZS=24,00g SZH=116,68g CK=11,46g SÓ=0,99g TZS=1,21g	EN=168,00kcal FH=6,05g ZS=6,60g SZH=21,03g CK=0,27g SÓ=0,93g TZS=2,50g
PÉNTEK 2024.10.18.	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Ketchup;	Alföldileves csipetkével (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Körte;	Teljes kiörlés meggyes párna (1, 2)*;
	EN=265,03kcal FH=7,75g ZS=7,43g SZH=36,66g CK=8,16g SÓ=1,39g TZS=2,48g	EN=619,55kcal FH=27,44g ZS=21,67g SZH=73,39g CK=19,52g SÓ=0,63g TZS=1,53g	EN=181,00kcal FH=2,60g ZS=9,40g SZH=20,85g CK=4,55g SÓ=0,70g TZS=4,75g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;
10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.10.21.	Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Mákos guba (1, 2, 3, 4, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Méz; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;
	EN=212,82kcal FH=6,19g ZS=8,45g SZH=27,72g CK=7,35g SÓ=1,22g TZS=3,30g	EN=734,35kcal FH=19,70g ZS=31,19g SZH=89,49g CK=6,08g SÓ=0,69g TZS=3,91g	EN=208,25kcal FH=4,53g ZS=2,45g SZH=42,66g CK=10,49g SÓ=0,72g TZS=0,65g
KEDD 2024.10.22.	Tej (2)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;
	EN=232,85kcal FH=9,58g ZS=6,16g SZH=34,22g CK=11,08g SÓ=0,82g TZS=3,20g	EN=557,50kcal FH=21,42g ZS=22,25g SZH=65,14g CK=4,65g SÓ=1,41g TZS=0,96g	EN=180,10kcal FH=6,30g ZS=5,40g SZH=24,83g CK=0,61g SÓ=1,04g TZS=2,31g
SZERDA 2024.10.23.			
CSÜTÖRTÖK 2024.10.24.	Madártej ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Halrudacsok panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=294,12kcal FH=10,53g ZS=6,60g SZH=47,14g CK=15,36g SÓ=0,60g TZS=3,63g	EN=560,56kcal FH=21,35g ZS=18,52g SZH=71,74g CK=2,67g SÓ=1,88g TZS=1,83g	EN=156,30kcal FH=5,87g ZS=4,71g SZH=22,70g CK=0,27g SÓ=1,16g TZS=2,94g
PÉNTEK 2024.10.25.	Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Frankfurtil leves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*;	Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;
	EN=175,29kcal FH=4,48g ZS=2,54g SZH=33,34g CK=7,66g SÓ=0,71g TZS=0,65g	EN=605,93kcal FH=26,44g ZS=21,79g SZH=68,78g CK=10,11g SÓ=0,84g TZS=2,02g	EN=195,80kcal FH=7,32g ZS=6,62g SZH=24,94g CK=0,38g SÓ=1,27g TZS=1,50g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

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

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

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.10.28.	Erdei gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Spenót (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=212,82kcal FH=6,19g ZS=8,45g SZH=27,72g CK=7,35g SÓ=1,22g TZS=3,30g	EN=572,19kcal FH=24,35g ZS=23,39g SZH=61,69g CK=8,70g SÓ=1,02g TZS=2,38g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
KEDD 2024.10.29.	Citromos tea; Gesztenyés párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sárgarépa;
	EN=197,42kcal FH=2,85g ZS=7,20g SZH=29,73g CK=7,03g SÓ=0,30g TZS=3,25g	EN=524,32kcal FH=27,30g ZS=27,75g SZH=56,62g CK=1,33g SÓ=0,42g TZS=1,10g	EN=185,10kcal FH=4,32g ZS=8,71g SZH=22,75g CK=1,77g SÓ=0,64g TZS=5,88g
SZERDA 2024.10.30.	Csipkebogyó tea; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Süt tökrémleves (1, 2)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=176,54kcal FH=7,56g ZS=3,48g SZH=28,26g CK=7,43g SÓ=1,19g TZS=1,12g	EN=605,23kcal FH=23,29g ZS=24,15g SZH=71,26g CK=14,34g SÓ=0,97g TZS=3,23g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.31.	Tejeskávé íz tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Kigyóuborka;
	EN=227,75kcal FH=9,49g ZS=4,01g SZH=37,74g CK=10,37g SÓ=0,66g TZS=2,31g	EN=532,69kcal FH=25,25g ZS=17,93g SZH=60,58g CK=4,00g SÓ=0,84g TZS=0,59g	EN=183,70kcal FH=6,60g ZS=5,43g SZH=25,34g CK=0,61g SÓ=1,04g TZS=2,31g
PÉNTEK 2024.11.01.			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal;
10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldi leves csipetkével Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezőldség, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Kömény, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	97,03kcal	2,52g	2,25g	15,52g	0,79g	0,18g	0,26g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	59,50kcal	0,00g	0,00g	54,60g	9,24g	0,00g	0,00g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,64g	11,88g	69,12g	26,28g	0,60g	4,92g
Bakonyi szájasraguleves Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	108,83kcal	10,05g	4,78g	5,83g	1,06g	0,17g	0,24g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	196,00kcal	3,95g	3,75g	35,80g	11,75g	0,35g	1,85g
Burgonyagombóc-leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	115,50kcal	2,69g	3,28g	14,23g	0,97g	0,46g	0,34g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	222,90kcal	5,43g	5,49g	34,50g	1,38g	0,15g	2,22g
Buzsáki leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kömény, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	180,86kcal	8,82g	12,48g	6,78g	1,54g	0,22g	0,23g
Bükki aprópecsenye Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	222,44kcal	11,47g	17,48g	3,26g	0,35g	0,11g	0,37g
Carbonara szósz Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Főtt füstölt tarja, Főzőtejszín, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	156,92kcal	7,55g	12,23g	3,35g	0,11g	0,53g	1,03g
Céklasaláta Összetétel: Céklasaláta	20,48kcal	0,58g	0,04g	4,64g	1,20g	1,20g	0,00g
Chilisbab Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	374,47kcal	21,14g	14,48g	37,46g	2,82g	0,16g	0,24g
Citromos tea Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	28,42kcal	0,00g	0,00g	7,04g	7,03g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,88kcal	2,16g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,52g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	113,06kcal	6,20g	3,01g	15,56g	9,20g	0,20g	1,80g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levelezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	71,62kcal	1,98g	2,23g	10,60g	0,77g	0,20g	0,27g
Daragaluskeles Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	132,15kcal	3,85g	3,79g	19,70g	0,71g	0,23g	0,53g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,64kcal	2,16g	5,64g	0,06g	0,06g	0,48g	2,28g
Dörögcsi csirkeguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	121,96kcal	11,97g	5,49g	5,82g	0,89g	0,16g	0,23g
Eper íz tej Összetétel: Gf instant eper ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	113,26kcal	6,20g	3,00g	14,16g	9,20g	0,20g	1,80g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Erdi gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	80,97kcal	0,02g	0,00g	20,11g	20,01g	0,00g	0,00g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,15kcal	4,01g	0,45g	25,02g	0,59g	0,63g	0,05g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	42,72kcal	1,42g	0,16g	8,90g	0,21g	0,22g	0,02g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Frankfurterleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levelezőzöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vírslí, Vírslí Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	174,73kcal	3,21g	9,24g	14,55g	0,61g	0,63g	0,93g
Gesztenyés párna (PP) Összetétel: Fagy. gesztenyés párna 50 g , Fagy. gesztenyés rúd 70 g	169,00kcal	2,85g	7,20g	22,70g	0,00g	0,30g	3,25g
Gombakrémléves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	64,63kcal	2,62g	1,98g	8,74g	0,72g	0,17g	0,37g
Göcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Göcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,18g	0,08g	0,48g	0,34g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	129,85kcal	1,78g	1,66g	26,50g	15,01g	0,07g	0,33g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Halrudacska pánirozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska pánirozott	136,29kcal	7,44g	5,98g	12,84g	0,00g	0,77g	0,51g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	215,71kcal	7,68g	7,43g	28,49g	0,28g	1,24g	2,48g
Húsgombóc Összetétel: Étélizelő sós mentes 'Pamol', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Sós 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	196,77kcal	10,38g	12,32g	14,96g	0,34g	0,10g	0,10g
Húsos rakott tészta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Főtt füstölt tarja, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Sós 'jódozott', Sós 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	426,81kcal	18,24g	16,33g	50,57g	2,74g	0,85g	2,69g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kóménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Sós 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	477,48kcal	19,08g	19,96g	53,11g	2,74g	0,31g	0,69g
Jégcsap retek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Jókai bablevés Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamín paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt kolbász, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Sós 'jódozott', Szárzabb, Tejföl '12%', Vöröshagyma	218,48kcal	11,80g	11,19g	16,37g	1,00g	0,27g	0,83g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g, Fagy. kakaós csiga 70g	197,00kcal	2,95g	9,75g	23,55g	9,20g	0,47g	4,90g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	209,00kcal	2,70g	10,45g	25,35g	8,95g	0,35g	5,25g
Kenőmáj Összetétel: Kenőmáj	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,58g	0,26g	0,44g	1,96g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,88kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kuskusz Összetétel: Étélizelő sós mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Kuskusz, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sós 'jódozott', Vöröshagyma	282,92kcal	8,22g	6,77g	45,31g	2,72g	0,10g	0,86g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,75kcal	6,50g	5,75g	0,00g	0,00g	0,50g	3,75g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	102,87kcal	2,98g	1,93g	17,50g	1,45g	0,17g	0,25g
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levelezőzöld, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	239,09kcal	12,80g	13,61g	14,74g	1,77g	0,15g	0,30g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Madártej izü tej Összetétel: Gf instant madártej izü tejélesztő, Tej '1,5%'	114,00kcal	6,20g	3,01g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levelezőzöld, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	189,56kcal	5,80g	11,69g	14,19g	0,58g	0,54g	3,01g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	24,30kcal	0,40g	2,30g	0,50g	0,00g	0,04g	1,46g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz, Tojásmentes makaróni	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,12g	0,68g
Mákos guba Összetétel: Mákos guba	462,00kcal	10,80g	18,00g	61,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,14kcal	0,07g	0,00g	7,38g	7,03g	0,00g	0,00g
Meggy mártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. meggy, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	165,68kcal	2,08g	0,56g	37,40g	29,66g	0,06g	0,19g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	36,00kcal	0,04g	0,00g	9,89g	9,85g	0,01g	0,00g
Méz-mustáros csirke csikok Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	148,28kcal	15,01g	5,78g	8,92g	6,78g	0,12g	0,23g
Miláni szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	159,97kcal	8,67g	11,55g	4,49g	2,90g	0,43g	0,62g
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	48,60kcal	0,20g	3,00g	5,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,89kcal	0,55g	2,40g	0,74g	0,02g	0,04g	0,00g
Natúr baromfi érme Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Natúr baromfi érme Valdor	94,58kcal	5,40g	6,66g	3,06g	0,00g	0,81g	1,93g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsommártás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	169,16kcal	3,43g	4,10g	29,19g	14,73g	0,09g	0,44g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos halpástétom	84,00kcal	2,23g	7,63g	1,58g	0,05g	0,33g	1,03g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	71,30kcal	3,02g	6,02g	1,19g	0,03g	0,67g	1,20g
Párolt rizs Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,35kcal	3,92g	5,71g	47,68g	0,21g	0,13g	0,60g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	213,48kcal	5,04g	3,36g	36,83g	0,00g	0,07g	0,30g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,91kcal	3,86g	4,78g	47,54g	0,08g	0,15g	0,50g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	71,24kcal	3,11g	5,45g	0,49g	0,11g	0,44g	1,84g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	129,27kcal	2,82g	3,06g	22,02g	0,00g	0,10g	0,30g
Pírtott tökmag Összetétel: Tökmag hántolt	62,30kcal	3,39g	5,05g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Reszelt tésztalevés Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	72,90kcal	2,13g	2,30g	10,71g	0,37g	0,21g	0,28g
Rizibizi Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	208,11kcal	5,88g	4,93g	51,81g	1,88g	0,11g	0,53g
Rozmaringos sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Örlött fekete bors, Rozmaring, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	241,31kcal	27,51g	9,50g	1,47g	0,32g	0,09g	0,07g
Rúdvagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	229,50kcal	12,36g	15,67g	8,21g	0,55g	0,29g	0,25g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	39,00kcal	3,13g	2,75g	0,38g	0,00g	0,25g	1,88g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	1,95g	4,26g	2,40g	0,00g	0,53g	2,76g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	146,63kcal	7,20g	7,56g	12,00g	0,00g	1,08g	2,20g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	1,50g	0,00g	0,00g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g
Sertésraguleves Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	182,46kcal	9,58g	11,71g	8,33g	2,43g	0,18g	0,26g
Sertésrizottó Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	415,47kcal	16,49g	22,02g	53,33g	1,50g	0,82g	0,84g
Sonkás krém 50g Eurofood Összetétel: Sonkás májaskrém	63,60kcal	1,84g	6,12g	0,22g	0,00g	0,30g	2,32g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes spagetti tészta	264,54kcal	7,32g	6,36g	44,46g	2,40g	0,09g	0,78g
Spenót Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	159,98kcal	6,85g	4,46g	23,00g	6,68g	0,18g	1,02g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	232,51kcal	12,66g	16,84g	4,59g	0,36g	0,44g	1,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	189,11kcal	19,26g	9,02g	0,70g	0,01g	0,15g	0,30g
Süt tökrémleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sütőtök, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Gyömbér, Gyümölcsle sűrítvény, Kristálycukor, Só 'jódozott', Vöröshagyma	116,12kcal	1,65g	2,77g	20,32g	11,61g	0,11g	0,54g
Tárkonyos csirkeleves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	68,84kcal	7,31g	2,22g	4,42g	1,10g	0,44g	0,09g
Tárkonyos májgöngyölök Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tárkony, Tojáspor, Vöröshagyma	119,89kcal	8,27g	4,02g	11,97g	1,33g	0,71g	0,33g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,04g	8,20g	0,03g	0,00g	0,01g	5,70g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,26g	2,00g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	255,25kcal	10,77g	3,96g	57,24g	21,73g	0,35g	2,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejeskávéíz tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	100,90kcal	5,96g	2,85g	12,97g	8,74g	0,19g	1,71g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	28,40kcal	0,68g	2,40g	0,80g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejszínes sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzötejszín, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,73kcal	9,89g	15,85g	2,97g	0,50g	0,17g	1,08g
Tejes kiórlés egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiórlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Tejes kiórlés kenyér Összetétel: Tejes kiórlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Tejes kiórlés kenyér Összetétel: Tejes kiórlésű kenyér	49,28kcal	1,91g	0,22g	9,92g	0,13g	0,31g	0,09g
Tejes kiórlés meggyes párna Összetétel: Tejes kiórlésű meggyes párna 50g, Tejes kiórlésű meggyes párna 70g	181,00kcal	2,60g	9,40g	20,85g	4,55g	0,70g	4,75g
Tejes kiórlés zsemle Összetétel: Tejes kiórlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tészta 'Fodroskocka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes nagykocka tészta	256,25kcal	7,32g	5,44g	44,46g	2,40g	0,17g	0,68g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjélesztő, Tej '1,5%'	113,53kcal	6,20g	3,00g	15,67g	9,20g	0,20g	1,80g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	70,78kcal	3,11g	5,39g	0,47g	0,11g	0,30g	1,84g
Tökf zelék Összetétel: 10%-os ételectet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	131,48kcal	3,33g	3,94g	19,54g	8,38g	0,12g	0,34g
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	107,18kcal	2,54g	1,68g	18,50g	0,07g	0,18g	0,15g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	58,00kcal	7,00g	2,50g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Túró Rudi Összetétel: Túró Rudi	101,40kcal	2,10g	5,04g	11,67g	10,56g	0,03g	4,29g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	24,10kcal	0,43g	2,20g	0,65g	0,03g	0,04g	0,00g
Vanília öntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaniliás cukor	82,78kcal	3,10g	1,50g	14,10g	5,50g	0,15g	0,90g
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételectet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Köménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	51,38kcal	0,84g	0,12g	11,45g	8,65g	0,07g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	41,40kcal	2,80g	3,40g	0,36g	0,10g	0,44g	1,20g
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma, Zeller zöld	64,20kcal	2,32g	1,49g	9,68g	1,23g	0,24g	0,04g
Zöldborsóf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	235,82kcal	12,13g	3,75g	36,45g	18,18g	0,16g	1,03g
Zöldborsóleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	66,70kcal	2,85g	1,81g	9,29g	2,27g	0,17g	0,23g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	83,50kcal	2,18g	7,60g	1,48g	0,05g	0,33g	1,03g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldségleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. levestzöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	98,82kcal	3,15g	1,90g	16,79g	2,07g	0,20g	0,27g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g