

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.08.03.	Tej (2)*; Liga Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Őszibarack krémleves (1, 2)*; Rántott csirkemell (1, 2, 3)*; Törtburgonya (5)*; Vegyes saláta;	Kockasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;
	EN=253,50kcal FH=10,00g ZS=6,40g SZH=38,30g CK=11,30g SÓ=0,90g TZS=3,30g	EN=578,00kcal FH=20,30g ZS=10,70g SZH=95,50g CK=33,10g SÓ=1,80g TZS=0,60g	EN=199,40kcal FH=5,90g ZS=5,90g SZH=30,10g CK=0,30g SÓ=1,30g TZS=3,00g
KEDD 2026.08.04.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1, 2)*; Alma;	Méz; Teavaj (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=206,20kcal FH=6,40g ZS=5,60g SZH=32,30g CK=7,70g SÓ=1,10g TZS=1,80g	EN=813,20kcal FH=22,40g ZS=30,60g SZH=107,50g CK=45,80g SÓ=0,80g TZS=4,70g	EN=209,10kcal FH=3,90g ZS=8,60g SZH=30,20g CK=10,20g SÓ=0,60g TZS=5,90g
SZERDA 2026.08.05.	Erdei gyümölcs tea; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Kiggyúborka; Félbarna kenyér (1)*;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Tejbedara (1, 2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Liga Margarin; Fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=181,80kcal FH=4,90g ZS=2,80g SZH=33,60g CK=7,60g SÓ=0,60g TZS=0,00g	EN=610,40kcal FH=25,40g ZS=18,50g SZH=82,80g CK=40,60g SÓ=0,70g TZS=3,10g	EN=189,60kcal FH=4,00g ZS=5,80g SZH=29,50g CK=4,90g SÓ=0,50g TZS=2,50g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.06.	Limonádé; Zöldpaprika; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11, 15)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=195,10kcal FH=6,30g ZS=4,80g SZH=31,00g CK=7,60g SÓ=1,10g TZS=3,00g	EN=550,80kcal FH=18,40g ZS=25,30g SZH=76,60g CK=1,20g SÓ=0,70g TZS=1,90g	EN=197,00kcal FH=3,00g ZS=9,80g SZH=23,60g CK=9,20g SÓ=0,50g TZS=4,90g
PÉNTEK 2026.08.07.	Meggyes gyümölcs Tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*; Őszibarack;
	EN=180,90kcal FH=7,60g ZS=2,10g SZH=32,20g CK=10,90g SÓ=0,60g TZS=0,20g	EN=575,60kcal FH=20,50g ZS=28,30g SZH=57,10g CK=9,50g SÓ=2,00g TZS=7,90g	EN=299,50kcal FH=6,30g ZS=8,90g SZH=46,50g CK=6,00g SÓ=0,50g TZS=3,20g

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=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.o.vi.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
SZOMBAT 2026.08.08.	Meggyes gyümölcs Tea; Liga Margarin; Zala felvágott (4)*; Fonottka (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Ízes fánk (1, 2, 3)*; Körte;	Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kakaókrém (2, 4)*;
	EN=238,00kcal FH=6,90g ZS=6,80g SZH=36,70g CK=9,00g SÓ=1,00g TZS=2,50g	EN=443,90kcal FH=17,10g ZS=10,20g SZH=68,30g CK=18,20g SÓ=1,00g TZS=2,50g	EN=214,00kcal FH=4,90g ZS=7,20g SZH=31,90g CK=8,10g SÓ=0,60g TZS=1,60g
VASÁRNAP 2026.08.09.			

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=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is.

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az 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
HÉTFŐ 2026.08.10.	Limonádé; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;	Körtekrémleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Csemege uborka (11, 15)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=236,90kcal FH=6,50g ZS=8,20g SZH=31,70g CK=7,80g SÓ=1,20g TZS=3,30g	EN=590,60kcal FH=15,10g ZS=14,90g SZH=94,30g CK=28,60g SÓ=2,20g TZS=4,00g	EN=222,00kcal FH=10,90g ZS=8,30g SZH=25,90g CK=0,60g SÓ=1,20g TZS=4,40g
KEDD 2026.08.11.	Meggyes gyümölcs Tea; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Kertészleves (1, 3, 5)*; Húsos lecsó; Szelet kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=185,50kcal FH=6,00g ZS=5,20g SZH=28,30g CK=7,60g SÓ=1,00g TZS=2,20g	EN=594,80kcal FH=23,00g ZS=23,10g SZH=82,90g CK=6,90g SÓ=3,60g TZS=0,70g	EN=175,70kcal FH=6,00g ZS=4,70g SZH=27,40g CK=0,60g SÓ=1,10g TZS=2,80g
SZERDA 2026.08.12.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Favágóleves (1, 2, 3, 5)*; Forgatott burgonya kocka (5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Szelet kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=251,80kcal FH=7,60g ZS=5,20g SZH=42,30g CK=17,80g SÓ=0,70g TZS=3,40g	EN=685,80kcal FH=26,00g ZS=24,90g SZH=84,20g CK=2,10g SÓ=2,70g TZS=2,90g	EN=180,00kcal FH=4,20g ZS=8,70g SZH=21,50g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=5,90g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.13.	Tiramisu ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rostos gyümölcsle; Bakonyi szelet (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Sport szelet (2, 6, 8)*;	Soproni felvágott (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=293,60kcal FH=10,50g ZS=6,60g SZH=47,20g CK=15,40g SÓ=0,60g TZS=3,60g	EN=699,50kcal FH=24,20g ZS=34,60g SZH=89,60g CK=5,70g SÓ=0,30g TZS=1,20g	EN=177,30kcal FH=6,80g ZS=6,90g SZH=21,90g CK=0,40g SÓ=1,10g TZS=2,60g
PÉNTEK 2026.08.14.	Tej (2)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Barackos háromszög (1, 2)*;
	EN=210,40kcal FH=10,40g ZS=5,40g SZH=30,00g CK=9,50g SÓ=0,90g TZS=2,60g	EN=510,60kcal FH=26,80g ZS=15,10g SZH=82,30g CK=18,20g SÓ=1,00g TZS=1,20g	EN=202,00kcal FH=2,80g ZS=7,20g SZH=30,90g CK=11,90g SÓ=0,20g TZS=3,30g

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=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az 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
HÉTFŐ 2026.08.17.	Tej (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Rántott sajt (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Liga Margarin; Baracklekvár; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=271,80kcal FH=13,00g ZS=8,70g SZH=35,40g CK=9,90g SÓ=1,30g TZS=3,60g	EN=628,40kcal FH=26,90g ZS=23,80g SZH=72,90g CK=4,70g SÓ=1,40g TZS=1,30g	EN=168,00kcal FH=4,00g ZS=2,40g SZH=32,30g CK=12,30g SÓ=0,70g TZS=0,80g
KEDD 2026.08.18.	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Mustár (11)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=254,10kcal FH=8,10g ZS=7,90g SZH=36,40g CK=7,30g SÓ=1,30g TZS=2,50g	EN=707,60kcal FH=21,50g ZS=30,20g SZH=84,30g CK=19,40g SÓ=0,30g TZS=2,10g	EN=163,20kcal FH=6,20g ZS=4,80g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=3,00g
SZERDA 2026.08.19.	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*; Alma;	Tejszínes eperleves (1, 2)*; Temesvári sertés szelet (1, 2, 3, 5)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=283,60kcal FH=8,80g ZS=4,60g SZH=49,00g CK=16,60g SÓ=0,80g TZS=3,10g	EN=562,20kcal FH=25,30g ZS=17,00g SZH=68,50g CK=12,00g SÓ=0,40g TZS=1,50g	EN=218,50kcal FH=5,50g ZS=11,00g SZH=23,50g CK=2,20g SÓ=1,00g TZS=6,00g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.20.			
PÉNTEK 2026.08.21.			

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=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az 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
HÉTFŐ 2026.08.24.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliző hely (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Kuskusz (1, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Sárgarépa; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;
	EN=202,90kcal FH=8,40g ZS=3,90g SZH=34,30g CK=9,80g SÓ=0,50g TZS=2,00g	EN=690,20kcal FH=23,10g ZS=19,60g SZH=102,40g CK=23,50g SÓ=1,40g TZS=2,90g	EN=196,10kcal FH=7,10g ZS=5,90g SZH=26,90g CK=2,00g SÓ=1,10g TZS=2,20g
KEDD 2026.08.25.	Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kefír (2)*;	Tejfölös karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Szelet kenyér (1)*; Uborkasaláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=190,80kcal FH=8,70g ZS=5,60g SZH=26,00g CK=6,00g SÓ=0,80g TZS=3,60g	EN=654,40kcal FH=25,90g ZS=24,70g SZH=79,70g CK=6,60g SÓ=1,20g TZS=0,80g	EN=188,60kcal FH=6,40g ZS=8,50g SZH=21,50g CK=0,30g SÓ=1,20g TZS=3,30g
SZERDA 2026.08.26.	Tej (2)*; Fonottka 'Teljes kiörlésű' (1, 2, 3)*; Liga Margarin;	Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; Barackos croissant (1, 2)*;	Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=279,00kcal FH=10,50g ZS=8,50g SZH=40,40g CK=9,40g SÓ=0,60g TZS=2,60g	EN=580,50kcal FH=24,00g ZS=22,80g SZH=87,60g CK=7,80g SÓ=0,80g TZS=5,00g	EN=131,80kcal FH=4,60g ZS=2,70g SZH=22,10g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,20g
CSÜTÖRTÖK 2026.08.27.	Madártej ízű tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=294,10kcal FH=10,50g ZS=6,60g SZH=47,20g CK=15,40g SÓ=0,60g TZS=3,60g	EN=618,70kcal FH=19,60g ZS=17,10g SZH=94,40g CK=25,00g SÓ=0,30g TZS=0,80g	EN=196,10kcal FH=4,30g ZS=8,60g SZH=25,50g CK=0,60g SÓ=0,60g TZS=5,70g
PÉNTEK 2026.08.28.	Citromos tea; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Fonottka 'Teljes kiörlésű' (1, 2, 3)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Vegyes gyümölcs mártás (1, 2)*; Főtt burgonya 1/2; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Sajtos rúd (1, 2, 3)*;
	EN=255,00kcal FH=6,50g ZS=8,30g SZH=38,60g CK=7,30g SÓ=0,60g TZS=2,00g	EN=662,60kcal FH=34,80g ZS=14,20g SZH=85,30g CK=36,50g SÓ=0,80g TZS=1,20g	EN=227,50kcal FH=4,30g ZS=14,20g SZH=19,90g CK=0,90g SÓ=1,00g TZS=7,10g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Óvoda

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

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

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

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

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az 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
HÉTFŐ 2026.08.31.	Tej (2)*; Liga Margarin; Göcseji csirkemellsonka (4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Limonádé; Sertéspörkölt (1)*; Tarhonya (1)*; Fejeskáposzta-saláta;	Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=229,20kcal FH=13,10g ZS=6,40g SZH=29,90g CK=9,80g SÓ=1,50g TZS=3,10g	EN=555,20kcal FH=21,10g ZS=23,40g SZH=62,10g CK=14,40g SÓ=0,40g TZS=0,80g	EN=197,00kcal FH=2,70g ZS=7,70g SZH=29,00g CK=9,80g SÓ=0,40g TZS=3,90g
KEDD 2026.09.01.			
SZERDA 2026.09.02.			
CSÜTÖRTÖK 2026.09.03.			
PÉNTEK 2026.09.04.			

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=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.o.vi.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

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Bakonyi szelet Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	160,00kcal	15,60g	8,90g	3,50g	0,20g	0,20g	0,40g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	49,20kcal	0,10g	0,00g	12,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Barackos croissant Összetétel: Croissant barack ízű töltelékkel 45g csomagolt, Croissant barack ízű töltelékkel 65g csomagolt	180,40kcal	2,60g	8,80g	23,80g	0,00g	0,40g	4,00g
Barackos háromszög Összetétel: Fagy. barackos háromszög 50g, Fagy. barackos háromszög 70g	202,00kcal	2,80g	7,20g	30,90g	11,90g	0,20g	3,30g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	28,40kcal	0,00g	0,00g	7,00g	7,00g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	62,90kcal	2,20g	6,00g	0,00g	0,00g	0,50g	2,50g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,40g	0,10g	1,40g	1,10g	0,90g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	188,50kcal	8,20g	9,40g	17,20g	0,00g	1,10g	2,90g
Csirkeraguleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	147,90kcal	11,90g	4,40g	14,20g	2,60g	0,20g	0,30g
Csontleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	78,90kcal	2,20g	2,30g	12,00g	0,80g	0,20g	0,30g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	132,20kcal	3,80g	3,80g	19,70g	0,70g	0,20g	0,50g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	326,70kcal	9,70g	3,80g	62,80g	2,40g	0,10g	0,50g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	59,60kcal	2,20g	5,60g	0,10g	0,10g	0,50g	2,30g
Dzsungel reggeliző pehely Összetétel: Dzsungel reggeliző pehely	114,90kcal	2,40g	0,90g	24,90g	0,40g	0,20g	0,00g
Erdei gyümölcs öntet Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	109,00kcal	1,30g	0,60g	23,70g	15,30g	0,20g	0,20g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Fahéjas csiga Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g	197,00kcal	2,70g	7,70g	29,00g	9,80g	0,40g	3,90g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,10kcal	4,30g	3,60g	31,50g	6,20g	0,40g	1,80g
Favágóleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	176,60kcal	9,00g	12,50g	5,70g	1,30g	0,20g	0,20g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	36,20kcal	1,00g	0,10g	7,50g	4,00g	0,10g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	120,20kcal	4,00g	0,40g	25,00g	0,60g	0,60g	0,00g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	58,70kcal	2,00g	0,20g	12,20g	0,30g	0,30g	0,00g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	171,60kcal	4,00g	3,80g	29,50g	4,90g	0,40g	1,90g
Fonottka Összetétel: Fonottka 50g	147,50kcal	4,00g	1,40g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Fonottka 'Teljes kiőrlésű' Összetétel: Teljes kiőrlésű fonottka 50g	173,00kcal	4,50g	3,50g	31,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Forgatott burgonya kocka Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	202,40kcal	4,50g	4,20g	33,10g	0,00g	0,60g	0,40g
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott, főzővíz'	84,60kcal	2,20g	0,30g	16,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	62,40kcal	2,50g	2,50g	7,20g	0,80g	0,20g	0,20g
Gőcseji csirkemellsonka Összetétel: Felvágott- Gőcseji csirkemellsonka szeletelt	22,40kcal	3,20g	1,00g	0,20g	0,10g	0,50g	0,30g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	131,00kcal	1,80g	1,80g	26,50g	15,00g	0,10g	0,40g
Gyümölcsös joghurt Összetétel: Gyümölcsös krémmoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Gyümölcsös krémmoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémmoghurt 125g	125,00kcal	4,10g	4,00g	17,50g	16,20g	0,20g	2,80g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	195,10kcal	10,30g	15,80g	1,50g	0,30g	0,40g	0,80g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Ketchup, Mustár, Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop	215,70kcal	7,70g	7,40g	28,50g	0,30g	1,20g	2,50g
Húsgombóclevés Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	202,80kcal	9,80g	13,30g	9,60g	0,60g	0,20g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Húsos lecsó Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	380,50kcal	16,00g	20,40g	42,80g	5,00g	2,60g	0,40g
Ízes fánk Összetétel: Bécsi fánk áfonyás 70g	222,60kcal	4,60g	5,70g	37,00g	16,70g	0,60g	2,20g
Kakaókrém Összetétel: Kakaókrém	113,20kcal	1,00g	6,80g	11,60g	7,80g	0,00g	1,40g
Kakaós csiga Összetétel: Fagy. kakaós csiga 50g, Fagy. kakaós csiga 70g	197,00kcal	3,00g	9,80g	23,60g	9,20g	0,50g	4,90g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	79,10kcal	0,80g	0,80g	16,40g	16,00g	0,00g	0,50g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	53,60kcal	2,00g	4,80g	0,60g	0,30g	0,40g	2,00g
Kertészleves Összetétel: Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	54,10kcal	1,70g	2,10g	6,70g	1,10g	0,20g	0,20g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,80kcal	3,50g	1,20g	24,80g	1,60g	0,50g	0,60g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Körtekrémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. körte, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Vaníliás cukor	101,60kcal	0,60g	0,60g	23,70g	20,50g	0,10g	0,20g
Kukorica prósza Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kefír literes, Kristálycukor, Kukoricadara, Tejfől '12%', Tojáslé	582,20kcal	11,10g	27,20g	70,50g	29,40g	0,20g	4,40g
Kukoricás bulgur Összetétel: Bulgur, Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	283,10kcal	7,50g	6,20g	42,80g	1,30g	0,10g	0,80g
Kuszkusz Összetétel: Ételizeítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Kuszkusz, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	282,90kcal	8,20g	6,80g	45,30g	2,70g	0,10g	0,90g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	77,80kcal	6,50g	5,80g	0,00g	0,00g	0,50g	3,80g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Ételizeítő 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	110,00kcal	3,20g	2,00g	19,00g	1,50g	0,20g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Lencseleves sertéshússal Összetétel: 10%-os ételecet, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	239,10kcal	12,80g	13,60g	14,70g	1,80g	0,10g	0,30g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	18,00kcal	0,00g	2,00g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Límonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	32,80kcal	0,00g	0,00g	7,40g	7,30g	0,00g	0,00g
Madártej ízü tej Összetétel: Gf instant madártej ízü tejjesítő, Tej '1,5%'	114,00kcal	6,20g	3,00g	15,70g	9,20g	0,20g	1,80g
Magyaros sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pritamin paprika, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma	241,00kcal	27,40g	9,50g	1,60g	0,30g	0,40g	0,10g
Májgaluskaleves Összetétel: Ételizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. levezöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	164,10kcal	12,10g	4,50g	18,10g	1,50g	0,40g	0,30g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,20g	5,20g	2,40g	1,30g	0,30g	0,70g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	168,00kcal	2,40g	8,00g	20,60g	15,60g	0,00g	1,00g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	264,50kcal	7,30g	6,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,80g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	31,10kcal	0,10g	0,00g	7,40g	7,00g	0,00g	0,00g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	36,00kcal	0,00g	0,00g	9,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Ételizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	148,30kcal	15,00g	5,80g	8,90g	6,80g	0,10g	0,20g
Mustár Összetétel: Mustár	10,00kcal	0,40g	0,50g	0,90g	0,00g	0,10g	0,00g
Müzli szelet Összetétel: Müzli szelet 20g	78,60kcal	0,90g	1,40g	15,20g	7,00g	0,00g	0,60g
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,50g	6,90g	36,60g	6,00g	0,40g	2,60g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	26,90kcal	0,50g	2,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Őszibarack Összetétel: Őszibarack	45,10kcal	0,80g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Őszibarack krémleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. őszibarack, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	116,70kcal	1,40g	0,80g	26,00g	18,10g	0,10g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Örlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	241,00kcal	11,40g	15,80g	11,50g	1,40g	0,20g	0,30g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	408,10kcal	17,90g	21,00g	34,90g	0,50g	0,20g	0,40g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,10g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtészta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	127,20kcal	3,00g	3,20g	21,40g	12,50g	0,10g	0,40g
Párolt rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,40kcal	3,90g	5,70g	47,70g	0,20g	0,10g	0,60g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	213,50kcal	5,00g	3,40g	36,80g	0,00g	0,10g	0,30g
Pizzás csiga Összetétel: Pizzás csiga 50g, Pizzás csiga 70g	218,50kcal	5,50g	11,00g	23,50g	2,20g	1,00g	6,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	40,00kcal	0,00g	0,00g	10,00g	10,00g	0,00g	0,00g
Rántott csirkemell Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Rántott csirkemell filé	187,70kcal	13,00g	6,40g	19,00g	4,20g	1,50g	0,00g
Rántott sajt Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	210,20kcal	9,80g	10,80g	19,50g	0,80g	0,80g	0,00g
Rostos gyümölcslé Összetétel: Gyümölcslé sűrítmény	14,00kcal	0,10g	0,10g	3,20g	3,10g	0,00g	0,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	55,50kcal	2,00g	4,30g	2,40g	0,00g	0,50g	2,80g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	146,60kcal	7,20g	7,60g	12,00g	0,00g	1,10g	2,20g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,10kcal	12,10g	10,90g	23,10g	1,80g	1,10g	1,60g
Sajtos rúd Összetétel: Fagy. sajtos rúd 50 g, Fagy. sajtos rúd 70 g	227,50kcal	4,30g	14,20g	19,90g	0,90g	1,00g	7,10g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,40g	0,10g	2,40g	1,50g	0,00g	0,00g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	39,60kcal	2,40g	3,20g	0,30g	0,10g	0,40g	1,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda Időszak: 2026.08.01.-től 2026.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. piritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	236,80kcal	12,70g	18,80g	2,50g	0,60g	0,10g	0,20g
Soproni felvágott Összetétel: Soproni felvágott	51,60kcal	2,60g	4,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,80g
Sport szelet Összetétel: Csokoládé	261,00kcal	1,20g	19,20g	38,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	235,60kcal	9,20g	21,80g	0,60g	0,20g	1,40g	7,20g
Szárnas rizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	347,20kcal	22,80g	11,80g	53,40g	1,70g	0,80g	0,80g
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes szarvacska tészta	264,50kcal	7,30g	6,40g	44,50g	2,40g	0,10g	0,80g
Szelet kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,30g	0,60g	33,40g	0,80g	0,80g	0,10g
Tarhonya Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	249,40kcal	7,40g	4,50g	44,70g	2,50g	0,20g	0,60g
Tárkonyos csirkeragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	87,90kcal	9,60g	2,80g	5,60g	1,10g	0,40g	0,10g
Teavaj Összetétel: Teavaj	72,30kcal	0,00g	8,20g	0,00g	0,00g	0,00g	5,70g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	88,00kcal	6,00g	3,00g	9,40g	9,40g	0,30g	2,00g
Tejbedara Összetétel: Búza dara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	242,90kcal	9,90g	3,90g	41,80g	22,70g	0,30g	2,20g
Tejfölös karfiolleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	62,20kcal	2,10g	3,00g	6,40g	1,30g	0,20g	0,30g
Tejszínes eperleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. eper, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	86,10kcal	1,20g	0,40g	18,80g	10,00g	0,10g	0,20g
Teljes kiörlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiörlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,80g	0,40g	0,60g	0,30g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	49,30kcal	1,90g	0,20g	9,90g	0,10g	0,30g	0,10g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: Óvoda

Időszak: 2026.08.01.-tól 2026.08.31.-ig

[illegible]