

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-fészta (9)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2026.03.30.		Övoda: EN=453,40kcal Iskola: EN=629,70kcal K.Iskola: EN=774,60kcal FH=15,80g ZS=8,20g FH=22,10g ZS=13,80g FH=29,00g ZS=16,20g SZH=77,20g CK=12,50g SZH=101,70g CK=16,30g SZH=124,80g CK=20,60g SO=0,90g Tzs=0,50g SO=1,40g Tzs=1,00g SO=1,70g Tzs=1,10g		Övoda: EN=179,60kcal Iskola: EN=204,70kcal K.Iskola: EN=334,10kcal FH=6,40g ZS=6,90g FH=7,10g ZS=7,00g FH=12,00g ZS=13,70g SZH=22,30g CK=0,10g SZH=27,50g CK=0,10g SZH=39,30g CK=0,10g SO=1,00g Tzs=1,80g SO=1,10g Tzs=1,80g SO=1,80g Tzs=3,60g	
KEDD 2026.03.31.		Övoda: EN=525,30kcal Iskola: EN=690,70kcal K.Iskola: EN=866,90kcal FH=17,20g ZS=22,10g FH=23,00g ZS=30,30g FH=30,60g ZS=38,80g SZH=60,80g CK=9,30g SZH=76,80g CK=8,80g SZH=92,30g CK=10,10g SO=0,10g Tzs=0,90g SO=0,30g Tzs=1,20g SO=0,30g Tzs=1,60g		Övoda: EN=167,50kcal Iskola: EN=227,00kcal K.Iskola: EN=294,40kcal FH=7,90g ZS=5,20g FH=13,40g ZS=6,70g FH=17,30g ZS=7,70g SZH=21,30g CK=0,10g SZH=26,80g CK=0,10g SZH=37,40g CK=0,10g SO=1,20g Tzs=0,90g SO=1,90g Tzs=0,90g SO=2,40g Tzs=1,00g	
SZERDA 2026.04.01.		Övoda: EN=512,80kcal Iskola: EN=646,80kcal K.Iskola: EN=772,30kcal FH=25,90g ZS=14,10g FH=32,20g ZS=19,20g FH=36,80g ZS=22,80g SZH=65,20g CK=3,80g SZH=79,70g CK=4,60g SZH=97,70g CK=5,20g SO=1,00g Tzs=0,90g SO=1,70g Tzs=1,30g SO=2,00g Tzs=1,60g		Övoda: EN=202,70kcal Iskola: EN=275,00kcal K.Iskola: EN=325,20kcal FH=5,70g ZS=10,50g FH=8,20g ZS=15,00g FH=9,70g ZS=15,20g SZH=21,00g CK=0,10g SZH=26,20g CK=0,10g SZH=36,60g CK=0,10g SO=1,10g Tzs=0,70g SO=1,50g Tzs=0,50g SO=1,80g Tzs=0,60g	
CSÜTÖRTÖK 2026.04.02.		Övoda: EN=481,60kcal Iskola: EN=604,70kcal K.Iskola: EN=736,00kcal FH=25,80g ZS=12,10g FH=32,10g ZS=16,30g FH=36,90g ZS=19,60g SZH=64,40g CK=1,20g SZH=79,00g CK=1,40g SZH=98,80g CK=1,80g SO=1,10g Tzs=0,90g SO=1,50g Tzs=1,30g SO=2,00g Tzs=1,70g		Övoda: EN=145,90kcal Iskola: EN=185,00kcal K.Iskola: EN=242,20kcal FH=5,10g ZS=4,10g FH=7,80g ZS=4,60g FH=10,40g ZS=5,00g SZH=21,50g CK=0,10g SZH=27,30g CK=0,10g SZH=38,10g CK=0,10g SO=1,10g Tzs=1,00g SO=1,70g Tzs=1,20g SO=2,20g Tzs=1,30g	
PÉNTEK 2026.04.03.		Övoda: EN=602,30kcal Iskola: EN=772,00kcal K.Iskola: EN=903,40kcal FH=23,10g ZS=24,10g FH=29,30g ZS=30,00g FH=33,40g ZS=34,00g SZH=71,50g CK=7,20g SZH=83,70g CK=8,70g SZH=113,20g CK=10,10g SO=0,40g Tzs=2,10g SO=0,50g Tzs=2,60g SO=0,60g Tzs=2,90g		Övoda: EN=243,20kcal Iskola: EN=243,20kcal K.Iskola: EN=343,40kcal FH=6,80g ZS=9,50g FH=6,90g ZS=9,50g FH=9,50g ZS=18,60g SZH=31,30g CK=0,30g SZH=31,30g CK=0,30g SZH=33,00g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=1,40g SO=1,10g Tzs=1,40g SO=1,50g Tzs=2,70g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 6724 Szeged, Kenyértőrári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
 E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
0200A1 Tej, Tejtermékes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;
 Tzs=Telített zsír.
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesfűszár; 16=Puhatűszár

Détás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
 Szegedi ÖVI (www.oivi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
 Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
 SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tea citromos; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2026.04.06.	Övoda: EN=274,90kcal FH=6,00g ZS=7,30g SZH=32,80g CK=5,20g SÓ=1,00g TZS=2,10g Iskola: EN=323,50kcal FH=6,00g ZS=10,70g SZH=35,20g CK=7,40g SÓ=1,40g TZS=3,30g Kiskola: EN=351,60kcal FH=9,00g ZS=12,40g SZH=37,40g CK=9,50g SÓ=1,80g TZS=3,90g		Övoda: EN=406,30kcal FH=15,40g ZS=10,20g SZH=61,40g CK=16,80g SÓ=1,30g TZS=0,60g Iskola: EN=519,00kcal FH=18,60g ZS=13,10g SZH=79,50g CK=25,60g SÓ=1,80g TZS=0,80g Kiskola: EN=621,00kcal FH=21,80g ZS=16,80g SZH=96,20g CK=32,30g SÓ=2,20g TZS=1,00g		Övoda: EN=200,60kcal FH=5,60g ZS=9,40g SZH=22,60g CK=0,20g SÓ=1,00g TZS=1,40g Iskola: EN=225,70kcal FH=6,30g ZS=9,50g SZH=27,80g CK=0,20g SÓ=1,10g TZS=1,40g Kiskola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=39,90g CK=0,20g SÓ=1,80g TZS=2,80g	
KEDD 2026.04.07.	Rostos almale; Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet 'tejmentes' (5, 11)*; Spagetti;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;	
	Övoda: EN=237,90kcal FH=5,40g ZS=4,40g SZH=36,70g CK=0,10g SÓ=0,90g TZS=1,10g Iskola: EN=281,00kcal FH=8,50g ZS=5,10g SZH=47,60g CK=0,10g SÓ=1,30g TZS=1,20g Kiskola: EN=340,20kcal FH=12,20g ZS=5,50g SZH=47,60g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=1,40g		Övoda: EN=527,00kcal FH=21,60g ZS=19,60g SZH=64,40g CK=2,10g SÓ=1,20g TZS=1,20g Iskola: EN=688,40kcal FH=27,60g ZS=25,40g SZH=84,70g CK=3,50g SÓ=1,70g TZS=1,60g Kiskola: EN=824,50kcal FH=31,20g ZS=30,40g SZH=103,50g CK=4,30g SÓ=2,00g TZS=2,00g		Övoda: EN=208,60kcal FH=4,70g ZS=3,90g SZH=37,20g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=221,00kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=221,00kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
SZERDA 2026.04.08.	Tea csipkebogyó; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkemcomb; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
	Övoda: EN=223,20kcal FH=5,70g ZS=10,50g SZH=26,00g CK=5,10g SÓ=1,10g TZS=3,70g Iskola: EN=303,70kcal FH=8,20g ZS=15,00g SZH=33,30g CK=7,10g SÓ=1,50g TZS=5,50g Kiskola: EN=362,00kcal FH=9,70g ZS=16,20g SZH=45,70g CK=9,20g SÓ=1,80g TZS=5,60g		Övoda: EN=518,90kcal FH=26,50g ZS=14,30g SZH=60,70g CK=16,00g SÓ=1,00g TZS=1,20g Iskola: EN=651,90kcal FH=34,60g ZS=18,30g SZH=76,80g CK=21,90g SÓ=1,40g TZS=1,50g Kiskola: EN=819,30kcal FH=41,50g ZS=23,10g SZH=99,40g CK=29,90g SÓ=1,70g TZS=1,90g		Övoda: EN=185,60kcal FH=6,80g ZS=7,00g SZH=23,20g CK=0,10g SÓ=1,00g TZS=1,80g Iskola: EN=214,70kcal FH=7,70g ZS=7,20g SZH=29,00g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=1,80g Kiskola: EN=346,10kcal FH=12,70g ZS=13,90g SZH=41,10g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=3,60g	
CSÜTÖRTÖK 2026.04.09.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya; Alma;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Körte;	
	Övoda: EN=166,40kcal FH=5,10g ZS=4,10g SZH=26,50g CK=5,10g SÓ=1,10g TZS=1,00g Iskola: EN=213,70kcal FH=7,80g ZS=4,60g SZH=34,40g CK=7,10g SÓ=1,70g TZS=1,20g Kiskola: EN=279,00kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=47,20g CK=9,20g SÓ=2,20g TZS=1,30g		Övoda: EN=528,40kcal FH=24,10g ZS=15,70g SZH=67,40g CK=12,80g SÓ=0,50g TZS=0,90g Iskola: EN=693,00kcal FH=30,10g ZS=22,20g SZH=86,70g CK=18,40g SÓ=0,80g TZS=1,40g Kiskola: EN=814,70kcal FH=34,20g ZS=26,30g SZH=102,50g CK=22,40g SÓ=1,10g TZS=1,80g		Övoda: EN=231,70kcal FH=4,70g ZS=3,90g SZH=42,70g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=252,50kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=47,50g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=252,50kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=47,50g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
PÉNTEK 2026.04.10.	Tea csipkebogyó; Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' (2, 4)*; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Tathonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökfőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Mandarin;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
	Övoda: EN=249,60kcal FH=9,20g ZS=2,90g SZH=33,20g CK=5,10g SÓ=0,70g TZS=0,80g Iskola: EN=273,10kcal FH=11,80g ZS=3,20g SZH=35,90g CK=7,10g SÓ=0,70g TZS=0,80g Kiskola: EN=295,60kcal FH=13,80g ZS=3,80g SZH=38,30g CK=9,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Övoda: EN=693,80kcal FH=19,10g ZS=25,40g SZH=67,40g CK=9,70g SÓ=1,00g TZS=1,40g Iskola: EN=797,70kcal FH=25,10g ZS=34,70g SZH=89,90g CK=12,80g SÓ=1,50g TZS=1,90g Kiskola: EN=965,40kcal FH=30,00g ZS=39,90g SZH=113,90g CK=15,80g SÓ=2,00g TZS=2,30g		Övoda: EN=194,40kcal FH=3,00g ZS=3,80g SZH=35,80g CK=13,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=13,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,20g ZS=4,10g SZH=46,40g CK=26,60g SÓ=1,00g TZS=1,00g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyér-Egyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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

Dietetikusok: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Haj; 10=Rakéták; 11=Műstár; 12=Szezámmag; 13=Ken-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszert; 16=Puhatestűk

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
	Tea citromos; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;	Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;	Csikemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
HÉTFŐ 2026.04.13.	Óvoda: EN=211,20kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=35,50g CK=9,40g SÓ=0,40g TZS=1,10g Iskola: EN=219,60kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=37,50g CK=11,50g SÓ=0,40g TZS=1,10g K. Iskola: EN=227,60kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=39,50g CK=13,50g SÓ=0,40g TZS=1,10g	Óvoda: EN=645,50kcal FH=15,30g ZS=22,80g SZH=61,30g CK=18,60g SÓ=0,40g TZS=2,10g Iskola: EN=836,50kcal FH=21,80g ZS=27,50g SZH=121,10g CK=24,40g SÓ=0,60g TZS=2,40g K. Iskola: EN=974,70kcal FH=25,40g ZS=31,10g SZH=143,00g CK=27,20g SÓ=0,90g TZS=2,70g	Óvoda: EN=185,60kcal FH=6,60g ZS=7,00g SZH=23,20g CK=0,10g SÓ=1,00g TZS=1,80g Iskola: EN=214,70kcal FH=7,70g ZS=7,20g SZH=29,00g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=1,80g K. Iskola: EN=346,10kcal FH=12,70g ZS=13,90g SZH=41,10g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=3,60g
KEDD 2026.04.14.	Rostos almale; Házi zöldséges sonkakrém 'tej-gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásmént;; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=224,10kcal FH=5,40g ZS=2,60g SZH=31,00g CK=0,10g SÓ=1,20g TZS=0,90g Iskola: EN=258,60kcal FH=7,30g ZS=2,90g SZH=36,90g CK=0,10g SÓ=1,50g TZS=1,00g K. Iskola: EN=317,00kcal FH=10,00g ZS=3,40g SZH=47,80g CK=0,10g SÓ=2,10g TZS=1,20g	Óvoda: EN=509,70kcal FH=17,10g ZS=17,70g SZH=66,70g CK=18,60g SÓ=0,30g TZS=0,60g Iskola: EN=665,50kcal FH=22,30g ZS=25,10g SZH=82,80g CK=25,70g SÓ=0,80g TZS=0,80g K. Iskola: EN=774,90kcal FH=25,50g ZS=29,90g SZH=95,30g CK=29,80g SÓ=1,10g TZS=1,10g	Óvoda: EN=224,70kcal FH=6,90g ZS=13,00g SZH=31,30g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=2,10g Iskola: EN=274,70kcal FH=6,90g ZS=13,00g SZH=31,30g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=2,10g K. Iskola: EN=374,90kcal FH=9,50g ZS=22,10g SZH=33,00g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=3,40g
SZERDA 2026.04.15.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Riz-biziz;	Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=166,40kcal FH=5,10g ZS=4,10g SZH=26,50g CK=5,10g SÓ=1,10g TZS=1,00g Iskola: EN=213,70kcal FH=7,80g ZS=4,60g SZH=34,40g CK=7,10g SÓ=1,70g TZS=1,20g K. Iskola: EN=279,00kcal FH=10,40g ZS=5,00g SZH=47,20g CK=9,20g SÓ=2,20g TZS=1,30g	Óvoda: EN=428,30kcal FH=16,10g ZS=17,20g SZH=51,50g CK=3,80g SÓ=1,30g TZS=1,80g Iskola: EN=586,10kcal FH=21,20g ZS=22,30g SZH=73,80g CK=5,10g SÓ=1,80g TZS=2,30g K. Iskola: EN=699,60kcal FH=25,80g ZS=26,40g SZH=87,90g CK=6,70g SÓ=2,40g TZS=2,80g	Óvoda: EN=248,10kcal FH=4,40g ZS=3,90g SZH=35,00g CK=0,10g SÓ=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=260,50kcal FH=4,60g ZS=3,90g SZH=37,60g CK=0,10g SÓ=0,60g TZS=0,90g K. Iskola: EN=260,50kcal FH=4,60g ZS=3,90g SZH=37,60g CK=0,10g SÓ=0,60g TZS=0,90g
CSÜTÖRTÖK 2026.04.16.	Tea citromos; Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Almaleves 'tejmentes'; Bazsalikomos csirkeraгу; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Csikemájkrém 30g; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=187,00kcal FH=4,90g ZS=6,60g SZH=26,30g CK=5,10g SÓ=1,00g TZS=1,90g Iskola: EN=254,90kcal FH=7,50g ZS=9,40g SZH=34,00g CK=7,30g SÓ=1,60g TZS=3,00g K. Iskola: EN=330,30kcal FH=10,00g ZS=11,00g SZH=46,60g CK=9,30g SÓ=2,10g TZS=3,60g	Óvoda: EN=507,50kcal FH=24,50g ZS=16,90g SZH=61,70g CK=20,30g SÓ=0,00g TZS=0,90g Iskola: EN=686,20kcal FH=31,80g ZS=22,10g SZH=86,70g CK=27,70g SÓ=0,40g TZS=1,20g K. Iskola: EN=808,80kcal FH=36,10g ZS=26,10g SZH=103,50g CK=33,90g SÓ=0,70g TZS=1,40g	Óvoda: EN=214,70kcal FH=6,70g ZS=10,40g SZH=22,80g CK=0,10g SÓ=1,00g TZS=2,50g Iskola: EN=242,20kcal FH=7,60g ZS=10,50g SZH=28,30g CK=0,10g SÓ=1,10g TZS=2,50g K. Iskola: EN=372,60kcal FH=12,60g ZS=17,30g SZH=40,30g CK=0,10g SÓ=1,80g TZS=4,30g
PÉNTEK 2026.04.17.	Rizsital; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=311,90kcal FH=5,00g ZS=5,80g SZH=61,30g CK=16,50g SÓ=0,80g TZS=0,90g Iskola: EN=367,00kcal FH=6,20g ZS=6,40g SZH=72,50g CK=16,50g SÓ=0,90g TZS=0,90g K. Iskola: EN=447,20kcal FH=8,20g ZS=7,10g SZH=88,90g CK=16,50g SÓ=1,30g TZS=1,00g	Óvoda: EN=524,30kcal FH=21,80g ZS=17,70g SZH=63,40g CK=2,90g SÓ=0,50g TZS=1,80g Iskola: EN=712,30kcal FH=28,10g ZS=28,20g SZH=76,90g CK=3,30g SÓ=0,90g TZS=2,90g K. Iskola: EN=818,30kcal FH=32,10g ZS=31,90g SZH=91,50g CK=3,80g SÓ=1,00g TZS=3,30g	Óvoda: EN=243,80kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=31,40g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,40g Iskola: EN=243,80kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=31,40g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,40g K. Iskola: EN=344,60kcal FH=9,60g ZS=18,70g SZH=33,30g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=2,70g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyértőgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

Étlap név:
0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi OVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Tea csipkebogyó; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Rizseshús 'sertés'; Csemege uborka (11)*;			Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
HÉTFŐ 2026.04.27.	Óvoda: EN=191,00kcal FH=6,90g ZS=6,80g SZH=26,10g CK=5,10g SO=0,90g Tzs=2,00g Iskola: EN=262,90kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,70g CK=7,20g SO=1,40g Tzs=3,10g Kiskola: EN=340,50kcal FH=11,70g ZS=11,60g SZH=46,30g CK=9,30g SO=1,80g Tzs=3,70g			Óvoda: EN=386,30kcal FH=17,60g ZS=10,50g SZH=63,40g CK=3,10g SO=1,50g Tzs=0,60g Iskola: EN=478,70kcal FH=21,50g ZS=13,50g SZH=65,50g CK=4,00g SO=2,20g Tzs=0,80g Kiskola: EN=562,20kcal FH=25,30g ZS=16,30g SZH=75,60g CK=4,90g SO=2,50g Tzs=1,10g			Óvoda: EN=200,60kcal FH=5,60g ZS=9,40g SZH=22,60g CK=0,20g SO=1,00g Tzs=1,40g Iskola: EN=225,70kcal FH=6,30g ZS=9,50g SZH=27,80g CK=0,20g SO=1,10g Tzs=1,40g Kiskola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=39,80g CK=0,20g SO=1,80g Tzs=2,80g		
KEDD 2026.04.28.	Rizsital; Házi pulkahunském; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;			Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;			Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		
	Óvoda: EN=293,40kcal FH=9,60g ZS=8,00g SZH=45,40g CK=0,10g SO=0,90g Tzs=1,00g Iskola: EN=384,90kcal FH=13,10g ZS=11,30g SZH=57,00g CK=0,10g SO=1,00g Tzs=1,20g Kiskola: EN=492,10kcal FH=16,90g ZS=14,20g SZH=73,60g CK=0,20g SO=1,40g Tzs=1,50g			Óvoda: EN=511,80kcal FH=24,50g ZS=20,50g SZH=55,50g CK=1,40g SO=0,20g Tzs=1,30g Iskola: EN=670,50kcal FH=30,90g ZS=26,50g SZH=77,00g CK=2,10g SO=0,50g Tzs=1,60g Kiskola: EN=798,60kcal FH=35,40g ZS=30,70g SZH=92,50g CK=2,60g SO=0,70g Tzs=2,00g			Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=45,40g CK=1,70g SO=0,40g Tzs=1,10g Iskola: EN=253,00kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=45,40g CK=1,70g SO=0,40g Tzs=1,10g Kiskola: EN=315,50kcal FH=3,80g ZS=5,50g SZH=60,40g CK=30,90g SO=0,40g Tzs=1,10g		
SZERDA 2026.04.29.	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Jégcsaprettek;			Lebbences leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék liszt-,tejmentes; Adalékmentes kenyér Ebéd (1)*;			Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
	Óvoda: EN=266,70kcal FH=4,80g ZS=3,90g SZH=38,90g CK=0,20g SO=0,70g Tzs=0,90g Iskola: EN=269,50kcal FH=4,90g ZS=3,90g SZH=39,10g CK=0,20g SO=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=270,90kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=39,20g CK=0,20g SO=0,70g Tzs=0,90g			Óvoda: EN=534,50kcal FH=26,90g ZS=13,60g SZH=66,70g CK=15,70g SO=0,80g Tzs=1,20g Iskola: EN=667,50kcal FH=33,00g ZS=18,20g SZH=81,70g CK=19,00g SO=1,00g Tzs=1,70g Kiskola: EN=798,60kcal FH=38,80g ZS=22,60g SZH=96,10g CK=22,30g SO=1,10g Tzs=2,10g			Óvoda: EN=179,60kcal FH=6,40g ZS=6,90g SZH=22,30g CK=0,10g SO=1,00g Tzs=1,80g Iskola: EN=204,70kcal FH=7,10g ZS=7,00g SZH=27,50g CK=0,10g SO=1,10g Tzs=1,80g Kiskola: EN=334,10kcal FH=12,00g ZS=13,70g SZH=39,30g CK=0,10g SO=1,80g Tzs=3,60g		
CSÜTÖRTÖK 2026.04.30.	Rizsital; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;			Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natúr; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
	Óvoda: EN=368,10kcal FH=6,40g ZS=5,90g SZH=59,00g CK=0,10g SO=0,80g Tzs=0,90g Iskola: EN=410,50kcal FH=7,10g ZS=6,40g SZH=67,80g CK=0,10g SO=0,80g Tzs=0,90g Kiskola: EN=440,50kcal FH=7,60g ZS=6,80g SZH=73,80g CK=0,10g SO=0,90g Tzs=0,90g			Óvoda: EN=501,60kcal FH=18,90g ZS=5,60g SZH=88,50g CK=18,40g SO=2,30g Tzs=0,60g Iskola: EN=639,60kcal FH=23,70g ZS=8,00g SZH=99,90g CK=15,50g SO=3,00g Tzs=0,80g Kiskola: EN=802,30kcal FH=29,20g ZS=9,60g SZH=141,70g CK=30,70g SO=3,80g Tzs=1,00g			Óvoda: EN=172,10kcal FH=5,00g ZS=7,20g SZH=21,20g CK=0,20g SO=1,00g Tzs=2,10g Iskola: EN=237,40kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=26,80g CK=0,30g SO=1,50g Tzs=3,30g Kiskola: EN=307,70kcal FH=10,20g ZS=12,60g SZH=31,30g CK=0,40g SO=2,00g Tzs=4,00g		
PÉNTEK 2026.05.01.	Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Alma;			Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		
	Óvoda: EN=191,20kcal FH=5,60g ZS=6,80g SZH=26,20g CK=5,10g SO=0,90g Tzs=2,00g Iskola: EN=263,30kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,70g CK=7,30g SO=1,40g Tzs=3,10g Kiskola: EN=340,80kcal FH=11,70g ZS=11,60g SZH=46,30g CK=9,30g SO=1,80g Tzs=3,70g			Óvoda: EN=567,00kcal FH=18,40g ZS=19,80g SZH=75,80g CK=12,00g SO=0,30g Tzs=0,40g Iskola: EN=755,30kcal FH=24,40g ZS=27,00g SZH=99,90g CK=15,50g SO=0,40g Tzs=0,70g Kiskola: EN=899,50kcal FH=29,20g ZS=30,40g SZH=122,50g CK=19,60g SO=0,50g Tzs=0,80g			Óvoda: EN=180,50kcal FH=4,70g ZS=4,00g SZH=30,40g CK=0,20g SO=0,70g Tzs=0,90g Iskola: EN=184,50kcal FH=4,80g ZS=4,10g SZH=31,00g CK=0,20g SO=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=186,50kcal FH=5,00g ZS=4,10g SZH=31,30g CK=0,20g SO=0,70g Tzs=0,90g		



Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULLI-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:

0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
 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=Csillagfűtű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
 Segédi ÓVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST
 Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
 SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Adalékmentes kenyér Ebéd Összetétel: Adalékmentes kenyér	75,30kcal	2,20g	0,20g	15,60g	0,10g	0,40g	0,10g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,40kcal	0,80g	0,20g	24,70g	19,90g	0,00g	0,00g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,30kcal	16,90g	8,30g	1,10g	0,30g	0,10g	0,20g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	312,90kcal	13,80g	10,00g	40,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,80g	6,90g	0,90g	0,20g	0,00g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,90kcal	16,90g	8,30g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,30kcal	16,80g	6,00g	1,30g	0,30g	0,10g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,90kcal	3,50g	0,50g	11,50g	1,70g	0,20g	0,00g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,30kcal	13,20g	8,20g	3,70g	0,50g	0,20g	0,80g
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,50kcal	4,50g	2,40g	33,50g	0,10g	0,10g	0,20g
Burgonyafőzelék 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,30kcal	5,30g	2,50g	42,00g	0,10g	0,10g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,60g	2,20g	18,60g	1,00g	0,00g	0,20g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,40g	0,10g	1,40g	1,10g	0,90g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,50kcal	11,10g	7,30g	4,60g	0,20g	0,00g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,60g	0,90g	0,00g	0,30g	0,20g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,10kcal	17,10g	11,60g	2,30g	0,70g	0,10g	0,80g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,00g	2,10g	9,20g	1,10g	0,00g	0,20g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,80kcal	4,50g	8,30g	92,20g	32,00g	0,50g	0,70g
Finomfőzelék liszt-,tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	200,80kcal	6,60g	3,40g	34,10g	14,70g	0,20g	0,40g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,20kcal	5,00g	4,30g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,60kcal	10,40g	9,10g	15,00g	1,00g	0,10g	0,60g
Harcapástétom paradicsomos 30g 'dupla' Összetétel: Paradicsomos harcapástétom	201,60kcal	5,30g	18,30g	3,80g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,40kcal	4,30g	5,70g	0,10g	0,00g	0,10g	0,80g
Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,80g	2,40g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,70kcal	4,30g	3,60g	0,10g	0,00g	0,10g	0,60g
Házi zöldséges sonkakrém 'tei-gluténmentes' Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Liga margarin, Petrezselyem zöld	32,10kcal	2,10g	2,30g	0,70g	0,00g	0,60g	0,70g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,00kcal	15,30g	7,30g	3,20g	0,30g	0,50g	0,40g
Húsgombóc sült tojásment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,30kcal	9,70g	13,90g	12,40g	0,10g	0,00g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,10kcal	13,00g	19,20g	46,90g	0,30g	0,40g	0,40g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Kóménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,60kcal	1,30g	0,20g	12,70g	8,00g	0,00g	0,00g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Kóménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	275,40kcal	20,70g	8,80g	27,10g	0,20g	0,30g	0,20g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,80kcal	1,60g	1,20g	10,20g	3,50g	0,20g	0,10g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,40kcal	1,60g	3,10g	10,20g	3,50g	0,20g	0,30g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,30kcal	1,30g	3,00g	7,40g	1,40g	0,10g	0,30g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,60g	0,20g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inycenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,10kcal	6,90g	9,80g	36,10g	0,20g	0,00g	0,60g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kóménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,50kcal	16,80g	8,30g	0,70g	0,10g	0,10g	0,20g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	222,10kcal	4,50g	5,90g	37,10g	0,80g	0,00g	0,60g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,80kcal	2,10g	3,00g	16,50g	0,90g	0,20g	0,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,80kcal	4,50g	13,70g	68,60g	18,00g	0,30g	1,50g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,40g	0,00g	5,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,00kcal	1,20g	0,10g	19,30g	15,40g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,80kcal	17,10g	13,70g	7,00g	5,20g	0,20g	1,00g
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,70kcal	14,80g	18,50g	56,00g	9,00g	0,20g	0,30g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,20g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,50g	16,40g	0,00g	0,00g
Molnárika (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárika 50g	159,00kcal	3,80g	2,00g	30,40g	4,40g	0,40g	0,40g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,20kcal	17,40g	13,30g	3,60g	0,30g	0,00g	0,70g
Natur sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,50kcal	17,20g	12,10g	5,10g	0,20g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,20kcal	2,40g	3,00g	46,20g	0,00g	0,10g	0,20g
Őszibarack leves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	102,10kcal	1,10g	0,40g	23,90g	19,90g	0,00g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,90kcal	22,20g	16,40g	39,20g	0,80g	0,10g	1,00g
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,20kcal	1,80g	3,10g	21,70g	12,50g	0,10g	0,30g
Paradicsom mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,60kcal	3,30g	2,30g	25,70g	15,00g	0,10g	0,30g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,50kcal	2,50g	3,50g	31,90g	0,00g	0,10g	0,40g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,70kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,60kcal	5,00g	8,00g	36,80g	0,00g	0,10g	0,80g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	314,60kcal	3,80g	11,50g	48,40g	0,30g	0,10g	1,20g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,30g	9,20g	3,50g	0,40g	0,10g	0,20g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rizseshús 'sertés' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	310,00kcal	13,70g	9,90g	40,50g	0,30g	0,40g	0,60g
Rizsital Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,60kcal	9,40g	9,80g	4,30g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almalé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,70kcal	12,70g	8,60g	1,40g	0,50g	0,30g	0,40g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,10kcal	2,80g	4,20g	53,90g	0,00g	0,10g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,50kcal	19,80g	3,60g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,40kcal	9,60g	4,30g	5,60g	0,00g	0,80g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,40kcal	0,70g	0,10g	21,50g	17,20g	0,00g	0,00g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,90g	3,20g	15,20g	0,90g	0,20g	0,30g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.04.01.-től 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Taurusi zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,90g	2,80g	0,40g	0,00g	0,40g	1,00g
Tavasziplevés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,80kcal	2,60g	4,90g	10,00g	2,50g	0,10g	0,50g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,70kcal	0,00g	0,00g	5,10g	5,00g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,50kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tökfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	144,70kcal	2,60g	5,20g	21,00g	8,40g	0,10g	0,60g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas sertésszelet 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	197,60kcal	17,50g	12,40g	3,10g	0,70g	0,20g	0,60g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,10kcal	1,90g	1,40g	10,40g	1,70g	0,10g	0,20g
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,20g	1,50g	15,20g	2,40g	0,20g	0,20g
Zöldbabfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	127,60kcal	4,20g	4,20g	17,10g	5,30g	0,00g	0,50g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,20kcal	3,20g	1,30g	12,10g	3,00g	0,10g	0,10g
Zöldborsófőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	196,00kcal	7,60g	4,30g	30,30g	14,00g	0,20g	0,50g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,60g	9,10g	1,80g	0,10g	0,40g	1,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2026.04.01.-tól 2026.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rízsliszt, Serítés comb, Só 'jódozott', Vörőshagyma	341,20kcal	18,10g	9,40g	41,70g	0,20g	0,00g	0,40g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vörőshagyma	219,00kcal	7,70g	7,70g	28,90g	2,00g	0,50g	0,60g
Zöldségleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vörőshagyma	69,90kcal	1,90g	2,70g	9,10g	1,90g	0,20g	0,30g
Zöldségleves 'tej-, cukorkéntes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vörőshagyma	68,60kcal	1,80g	2,60g	8,90g	1,90g	0,10g	0,30g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemlé 50g	143,00kcal	4,30g	0,40g	29,50g	0,20g	0,70g	0,20g