| | Reggeli | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---|---|---|---|---|
| **HÉTFŐ 2026.11.02.** | Gyümölcstea; Harcsapástétom paradicsomos (9)*; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Párolt csirkemell; Tökfőzelék; Tört burgonya; | Csipkebogyótea; Pulykahúsoskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; |
| | EN=259,90kcal FH=6,80g ZS=9,60g SZH=35,60g CK=5,20g SÓ=1,20g TZS=1,40g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=282,10kcal FH=16,90g ZS=6,00g SZH=37,80g CK=7,30g SÓ=0,20g TZS=0,60g | EN=192,40kcal FH=8,60g ZS=1,70g SZH=34,60g CK=5,10g SÓ=0,90g TZS=0,30g |
| **KEDD 2026.11.03.** | Gyümölcstea; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Pulykavagdalt; Sóskafőzelék; Burgonyapüré; | Rostos ivólé 100% narancs; Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; |
| | EN=214,60kcal FH=7,50g ZS=4,90g SZH=33,70g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=0,90g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=344,20kcal FH=17,00g ZS=8,50g SZH=45,30g CK=8,30g SÓ=0,30g TZS=0,70g | EN=272,90kcal FH=8,70g ZS=3,00g SZH=38,50g CK=0,30g SÓ=0,80g TZS=0,20g |
| **SZERDA 2026.11.04.** | Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Banán, víz; | Párolt csirkemell; Őszibarack mártás; Pirított kukoricadara; | Gyümölcstea; Csirkejó baromfi rúd; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=201,40kcal FH=9,70g ZS=2,20g SZH=34,70g CK=5,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=311,50kcal FH=16,10g ZS=8,00g SZH=43,10g CK=18,80g SÓ=0,40g TZS=0,70g | EN=220,80kcal FH=5,60g ZS=6,50g SZH=34,00g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=1,80g |
| **CSÜTÖRTÖK 2026.11.05.** | Gyümölcstea; Sonkakrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Alma, víz; | Rakott karfiol; | Rostos ivólé 100% alma; Pulykasült; Bebo margarin 10g; Adalékmentes zsemle (1)*; |
| | EN=195,50kcal FH=7,80g ZS=2,40g SZH=34,20g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=0,20g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=320,00kcal FH=16,70g ZS=9,00g SZH=39,80g CK=3,20g SÓ=0,20g TZS=0,50g | EN=305,50kcal FH=10,80g ZS=5,70g SZH=38,60g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=1,00g |
| **PÉNTEK 2026.11.06.** | Csipkebogyótea; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Natur csirkemell; Burgonyafőzelék; | Gyümölcstea; Sertéshúskrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=214,30kcal FH=7,50g ZS=4,90g SZH=33,70g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=0,90g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=354,30kcal FH=15,10g ZS=11,20g SZH=44,80g CK=0,20g SÓ=0,20g TZS=1,10g | EN=209,00kcal FH=8,80g ZS=3,10g SZH=35,20g CK=5,40g SÓ=0,80g TZS=0,20g |

***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:**

***3200A1 Tejmentes 'Kisded'***

*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=Puhatestüek*
*Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.*

***"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"***

| | Reggeli | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---|---|---|---|---|
| **HÉTFŐ 2026.11.09.** | Csipkebogyótea; Harcsapástétom zöldfűszeres (9)*; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Alma, víz; | Csibevagdalt; Kelkáposztafőzelék; | Gyümölcstea; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Adalékmentes zsemle (1)*; |
| | EN=262,60kcal FH=7,00g ZS=9,50g SZH=36,00g CK=5,20g SÓ=1,20g TZS=1,40g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=323,00kcal FH=18,10g ZS=10,40g SZH=37,10g CK=0,30g SÓ=0,20g TZS=1,00g | EN=258,10kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=49,60g CK=18,40g SÓ=0,70g TZS=0,90g |
| **KEDD 2026.11.10.** | Gyümölcstea; Sonkakrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Alma, víz; | Natur pulykamellfilé; Alma-fehérrépafőzelék; Burgonyapüré; | Csipkebogyótea; Csibemájaskrém; Adalékmentes zsemle (1)*; |
| | EN=197,90kcal FH=7,90g ZS=2,50g SZH=34,60g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=0,20g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=373,70kcal FH=18,30g ZS=8,70g SZH=53,60g CK=10,50g SÓ=0,30g TZS=0,70g | EN=243,00kcal FH=7,70g ZS=7,00g SZH=36,10g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=1,80g |
| **SZERDA 2026.11.11.** | Csipkebogyótea; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Naprforgómagos sertésvagdalt (6, 8, 12, 13)*; Zöldborsófőzelék; Burgonyapüré; | Gyümölcstea; Csibehúskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=214,30kcal FH=7,50g ZS=4,90g SZH=33,70g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=0,90g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=424,40kcal FH=20,70g ZS=9,70g SZH=59,10g CK=10,70g SÓ=0,20g TZS=0,60g | EN=198,10kcal FH=9,40g ZS=1,90g SZH=34,70g CK=5,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g |
| **CSÜTÖRTÖK 2026.11.12.** | Gyümölcstea; Párizsikrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Banán, víz; | Karfiolleves; Bolognai orsó tésztával; Alma, víz; | Csipkebogyótea; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes zsemle (1)*; |
| | EN=201,70kcal FH=5,90g ZS=4,00g SZH=34,50g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=1,10g | EN=84,00kcal FH=1,00g ZS=0,00g SZH=19,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=329,80kcal FH=12,70g ZS=9,00g SZH=48,40g CK=5,00g SÓ=0,20g TZS=0,80g | EN=205,80kcal FH=5,80g ZS=4,20g SZH=35,10g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=1,00g |
| **PÉNTEK 2026.11.13.** | Csipkebogyótea; Karottás csirkehúskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Pulykahúsgombóc; Alma-céklafőzelék; Főtt burgonya; | Rostos ivólé 100% narancs; Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes zsemle (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=185,70kcal FH=7,80g ZS=1,60g SZH=34,00g CK=5,20g SÓ=0,80g TZS=0,20g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=350,10kcal FH=15,00g ZS=8,40g SZH=50,90g CK=10,90g SÓ=0,20g TZS=0,70g | EN=294,30kcal FH=6,10g ZS=6,10g SZH=39,70g CK=0,20g SÓ=1,00g TZS=1,70g |

***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:**

***3200A1 Tejmentes 'Kisded'***

*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=Puhatestüek*
*Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.*

***"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"***

| | Reggeli | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---|---|---|---|---|
| **HÉTFŐ 2026.11.16.** | Csipkebogyótea; Sertéssült; Bebo margarin 10g; Adalékmentes zsemle (1)*; | Alma, víz; | Pritaminos pulykavagdalt; Zöldbabfőzelék; Tört burgonya; | Gyümölcstea; Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=246,50kcal FH=9,60g ZS=6,90g SZH=35,10g CK=5,40g SÓ=0,70g TZS=1,00g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=291,20kcal FH=17,40g ZS=6,50g SZH=37,80g CK=4,70g SÓ=0,20g TZS=0,50g | EN=208,40kcal FH=8,80g ZS=3,10g SZH=35,00g CK=5,30g SÓ=0,80g TZS=0,20g |
| **KEDD 2026.11.17.** | Gyümölcstea; Harcsapástétom paradicsomos (9)*; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Alma, víz; | Rostos ivólé 100% alma; Rakott brokkoli kölessel; | Gyümölcstea; Csirkejó baromfi rúd; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=263,50kcal FH=7,10g ZS=9,60g SZH=36,10g CK=5,20g SÓ=1,20g TZS=1,40g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=410,80kcal FH=20,10g ZS=7,80g SZH=46,90g CK=3,40g SÓ=0,40g TZS=0,30g | EN=220,80kcal FH=5,60g ZS=6,50g SZH=34,00g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=1,80g |
| **SZERDA 2026.11.18.** | Csipkebogyótea; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Alma, víz; | Pincepörkölt ; Párolt rizs; Fejeskáposztasaláta; | Gyümölcstea; Kapros sertéshúskrém; Adalékmentes zsemle (1)*; |
| | EN=206,80kcal FH=6,00g ZS=4,30g SZH=35,10g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,00g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=339,50kcal FH=17,40g ZS=6,80g SZH=51,40g CK=3,60g SÓ=0,20g TZS=0,50g | EN=207,30kcal FH=8,50g ZS=3,20g SZH=34,70g CK=5,20g SÓ=0,70g TZS=0,20g |
| **CSÜTÖRTÖK 2026.11.19.** | Gyümölcstea; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; Paradicsom; | Alma, víz; | Natur pulykamellfilé; Almamártás; Burgonyapüré; | Rostos ivólé 100% alma; Bebo mini - méz; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=208,00kcal FH=5,90g ZS=4,30g SZH=35,40g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,00g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=337,80kcal FH=18,40g ZS=3,50g SZH=54,90g CK=20,20g SÓ=0,10g TZS=0,10g | EN=317,50kcal FH=4,10g ZS=3,90g SZH=54,10g CK=16,50g SÓ=0,80g TZS=0,90g |
| **PÉNTEK 2026.11.20.** | Csipkebogyótea; Párizsikrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Alma, víz; | Párolt csirkemell; Karalábéfőzelék; Burgonyapüré; Alma, víz; | Gyümölcstea; Szárnyashuspástétom ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=203,80kcal FH=6,00g ZS=4,10g SZH=34,90g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=1,10g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=373,40kcal FH=18,10g ZS=8,70g SZH=52,60g CK=11,70g SÓ=0,30g TZS=0,80g | EN=191,50kcal FH=9,10g ZS=1,60g SZH=34,10g CK=5,20g SÓ=0,80g TZS=0,20g |

***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:**

***3200A1 Tejmentes 'Kisded'***

*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=Puhatestüek*
*Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.*

***"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"***

| | Reggeli | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---|---|---|---|---|
| **HÉTFŐ 2026.11.23.** | Csipkebogyótea; Csibemájaskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Almapüré 100g; | Rakott sütőtök; Alma; | Gyümölcstea; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=244,00kcal FH=7,90g ZS=7,10g SZH=36,10g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,80g | EN=52,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=11,30g CK=10,00g SÓ=0,00g TZS=0,10g | EN=389,50kcal FH=13,40g ZS=12,30g SZH=53,00g CK=13,80g SÓ=0,40g TZS=1,00g | EN=201,10kcal FH=5,60g ZS=4,20g SZH=34,20g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,00g |
| **KEDD 2026.11.24.** | Rostos ivólé 100% alma; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Alma, víz; | Tepsis pritaminpulyka pogácsa; Mexikói főzelék; Tört burgonya; | Gyümölcstea; Zöldséges csirkehúskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=285,10kcal FH=7,80g ZS=4,90g SZH=38,10g CK=0,10g SÓ=1,20g TZS=0,90g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=343,60kcal FH=16,60g ZS=9,20g SZH=46,50g CK=7,80g SÓ=0,40g TZS=0,70g | EN=190,40kcal FH=9,00g ZS=1,60g SZH=33,80g CK=5,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g |
| **SZERDA 2026.11.25.** | Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Alma, víz; | Tárkonyos sertésraguleves; Gyümölcsrizs; | Toast sonkás felvágott; Gyümölcstea; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=201,40kcal FH=9,70g ZS=2,20g SZH=34,70g CK=5,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=458,30kcal FH=16,60g ZS=7,60g SZH=79,60g CK=6,00g SÓ=0,40g TZS=0,20g | EN=201,10kcal FH=5,60g ZS=4,20g SZH=34,20g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,00g |
| **CSÜTÖRTÖK 2026.11.26.** | Csipkebogyótea; Sonkakrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Alma, víz; | Kukoricadarás halfilé (9)*; Zöldbabfőzelék; Tört burgonya; | Gyümölcstea; Csibemájaskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=195,20kcal FH=7,80g ZS=2,40g SZH=34,20g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=0,20g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=285,50kcal FH=13,40g ZS=6,50g SZH=40,70g CK=4,30g SÓ=0,80g TZS=0,60g | EN=238,30kcal FH=7,50g ZS=7,00g SZH=35,20g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,80g |
| **PÉNTEK 2026.11.27.** | Gyümölcstea; Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Párolt csirkemell; Vadasmártás (5)*; Burgonyapüré; | Rostos ivólé 100% narancs; Bebo margarin 10g; Adalékmentes zsemle (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=216,40kcal FH=5,50g ZS=6,00g SZH=34,00g CK=5,10g SÓ=1,10g TZS=1,70g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=285,30kcal FH=17,80g ZS=3,30g SZH=43,70g CK=9,10g SÓ=0,30g TZS=0,30g | EN=268,50kcal FH=4,70g ZS=4,00g SZH=39,40g CK=0,20g SÓ=0,70g TZS=0,90g |

***Étlap változtatás jogát fenntartjuk!***
***Jó étvágyat kívánunk***

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

**Étlap név:**

***3200A1 Tejmentes 'Kisded'***

*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=Puhatestüek*
*Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.*

***"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"***

| | Reggeli | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna |
|---|---|---|---|---|
| **HÉTFŐ 2026.11.30.** | Gyümölcstea; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Csibefasírt; Salátafőzelék; Burgonyapüré; | Csipkebogyótea; Harcsapástétom zöldfűszeres (9)*; Adalékmentes zsemle (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=201,10kcal FH=5,60g ZS=4,20g SZH=34,20g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,00g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=344,80kcal FH=15,90g ZS=8,10g SZH=49,30g CK=8,30g SÓ=0,20g TZS=0,70g | EN=270,00kcal FH=7,30g ZS=9,60g SZH=37,30g CK=5,30g SÓ=1,10g TZS=1,40g |
| **KEDD 2026.12.01.** | Csipkebogyótea; Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; | Körte, víz; | Kapros káposzta; Adalékmentes kenyér (1)*; | Gyümölcstea; Csibemájaskrém; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; |
| | EN=202,10kcal FH=8,40g ZS=3,00g SZH=34,10g CK=5,30g SÓ=0,80g TZS=0,20g | EN=36,40kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=421,30kcal FH=21,50g ZS=10,10g SZH=59,50g CK=0,40g SÓ=1,00g TZS=1,00g | EN=241,90kcal FH=7,80g ZS=7,00g SZH=35,70g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,80g |
| **SZERDA 2026.12.02.** | Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; | Alma, víz; | Rostos ivólé 100% narancs; Rakott zöldségek; | Gyümölcstea; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=201,40kcal FH=9,70g ZS=2,20g SZH=34,70g CK=5,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=371,50kcal FH=19,00g ZS=4,20g SZH=47,80g CK=4,60g SÓ=0,30g TZS=0,30g | EN=201,10kcal FH=5,60g ZS=4,20g SZH=34,20g CK=5,10g SÓ=1,20g TZS=1,00g |
| **CSÜTÖRTÖK 2026.12.03.** | Gyümölcstea; Szárnyashuspástétom ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Kigyóuborka; | Alma, víz; | Zöldborsós csirkemáj; Párolt rizs; Házi céklasaláta; | Rostos ivólé 100% alma; Pulykasült; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; |
| | EN=195,10kcal FH=9,40g ZS=1,60g SZH=34,60g CK=5,20g SÓ=0,80g TZS=0,20g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=322,90kcal FH=12,60g ZS=6,60g SZH=52,50g CK=6,10g SÓ=0,20g TZS=0,50g | EN=300,50kcal FH=10,60g ZS=5,70g SZH=37,70g CK=0,10g SÓ=0,80g TZS=1,00g |
| **PÉNTEK 2026.12.04.** | Csipkebogyótea; Csirkejó baromfi rúd; Bebo margarin 10g; Adalékmentes kenyér (1)*; | Alma, víz; | Pulykavagdalt; Sárgarépafőzelék; Főtt burgonya; | Gyümölcstea; Sertéshúskrém ligával; Adalékmentes kenyér (1)*; Zöldpaprika; |
| | EN=220,50kcal FH=5,60g ZS=6,50g SZH=34,00g CK=5,20g SÓ=1,10g TZS=1,80g | EN=21,70kcal FH=0,30g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g | EN=373,80kcal FH=16,10g ZS=10,10g SZH=50,80g CK=12,00g SÓ=0,40g TZS=0,90g | EN=209,00kcal FH=8,80g ZS=3,10g SZH=35,20g CK=5,40g SÓ=0,80g TZS=0,20g |

***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:**

***3200A1 Tejmentes 'Kisded'***

*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=Puhatestüek*
*Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.*

***"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"***