

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.02.	Tej (2)*; Vitelma; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Gomba leves tejfölös (2)*; Tarhonyás sertéshús; Meggykompót; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=251,60kcal FH=11,30g ZS=6,00g SZH=37,60g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=780,57kcal FH=29,01g ZS=20,04g SZH=123,00g CK=10,00g SÓ=1,01g TZS=0,03g	EN=177,60kcal FH=6,60g ZS=4,30g SZH=33,50g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.03.	Tej (2)*; Ftt virsli (diéta); Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csontleves; Vadas sertésszelet (1, 2, 5, 11)*; Spagetti; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;
	EN=411,80kcal FH=18,80g ZS=19,10g SZH=45,00g CK=0,00g SÓ=1,14g TZS=0,00g	EN=726,05kcal FH=26,97g ZS=22,68g SZH=104,59g CK=0,00g SÓ=1,42g TZS=0,02g	EN=272,26kcal FH=6,11g ZS=3,02g SZH=54,70g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.04.	Tej (2)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Rizsleves; Sült csirkecomb; Zöldborsóf zelék (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	EN=278,60kcal FH=11,60g ZS=8,30g SZH=43,80g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=656,72kcal FH=42,08g ZS=17,34g SZH=86,33g CK=8,00g SÓ=1,61g TZS=0,02g	EN=241,20kcal FH=8,55g ZS=9,46g SZH=35,57g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.05.	szibarack rostoslé (dobozos); Körözött 'házi' (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Paradicsom leves (5)*; Bugaci sertés szelet; Petrezselymes burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=279,94kcal FH=7,68g ZS=4,36g SZH=56,06g CK=12,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g	EN=715,73kcal FH=28,61g ZS=24,02g SZH=98,42g CK=10,00g SÓ=1,48g TZS=0,82g	EN=190,86kcal FH=5,12g ZS=3,02g SZH=35,78g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.06.	Kefír (2)*; Vitelma; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Tarhonyaleves (tej-, cukormentes); Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökf zelék tejfölös (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; szibarack;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=243,10kcal FH=9,00g ZS=8,25g SZH=33,75g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=746,45kcal FH=22,29g ZS=30,96g SZH=95,09g CK=3,00g SÓ=1,51g TZS=0,04g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g

**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:**

**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.02.	Rizstej; Mini dzsem (13)*; Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Gomba leves; Tarhonyás sertéshús; Meggykompót; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=368,90kcal FH=14,50g ZS=35,00g SZH=66,00g CK=13,25g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=768,35kcal FH=28,68g ZS=18,86g SZH=123,05g CK=10,00g SÓ=1,01g TZS=0,03g	EN=177,60kcal FH=6,60g ZS=4,30g SZH=33,50g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.03.	Rostos almalé; F tt virsli (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csontleves; Vadas sertésszelet (tejmentes) (1, 5, 11)*; Spagetti; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;
	EN=430,80kcal FH=12,30g ZS=20,18g SZH=54,90g CK=20,00g SÓ=1,14g TZS=0,03g	EN=714,67kcal FH=26,78g ZS=21,66g SZH=104,31g CK=0,00g SÓ=1,42g TZS=0,02g	EN=307,06kcal FH=6,11g ZS=7,02g SZH=54,70g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.04.	Tea csipkebogyó (13)*; Kárpát szalámi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Rizsleves; Sült csirkecomb; Zöldborsóf zelék (tejmentes); Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	EN=340,80kcal FH=9,81g ZS=18,50g SZH=38,32g CK=5,00g SÓ=0,90g TZS=0,00g	EN=636,72kcal FH=40,72g ZS=16,74g SZH=84,21g CK=8,00g SÓ=1,61g TZS=0,02g	EN=241,20kcal FH=8,55g ZS=9,46g SZH=35,57g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.05.	Rizstej; Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Paradicsom leves (5)*; Bugaci sertés szelet; Petrezselymes burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=375,60kcal FH=16,80g ZS=41,10g SZH=57,60g CK=0,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=715,73kcal FH=28,61g ZS=24,02g SZH=98,42g CK=10,00g SÓ=1,48g TZS=0,82g	EN=225,66kcal FH=5,12g ZS=7,02g SZH=35,78g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.06.	Tea csipkebogyó (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Tarhonyaleves (tej-, cukormentes); Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökf zelék (tejmentes); Kenyér (adalékmentes) (1)*; szibarack;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=255,40kcal FH=7,51g ZS=11,00g SZH=32,12g CK=5,00g SÓ=0,60g TZS=0,00g	EN=737,93kcal FH=22,09g ZS=30,24g SZH=94,85g CK=3,00g SÓ=1,51g TZS=0,04g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g

**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:**

**0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.02.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Vitelma; Medvehagymás kenyér (gluteinmentes);	Gomba leves; Tarhonyás sertéshús (lisztmentes); Meggykompót; Kenyér (gluteinmentes);	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=318,96kcal FH=7,07g ZS=10,12g SZH=47,13g CK=13,25g SÓ=0,13g TZS=0,00g	EN=592,69kcal FH=15,58g ZS=17,03g SZH=90,24g CK=10,00g SÓ=0,96g TZS=0,04g	EN=155,46kcal FH=2,07g ZS=6,12g SZH=21,83g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.03.	Tej (2)*; Ftt virsli (diéta); Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Csontleves (lisztmentes); Vadas sertésszelet (1, 2, 5, 11)*; Spagetti; Alma; Kenyér (gluteinmentes);	Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Banán;
	EN=389,66kcal FH=14,27g ZS=20,92g SZH=33,33g CK=0,00g SÓ=1,13g TZS=0,00g	EN=676,65kcal FH=21,74g ZS=24,11g SZH=87,04g CK=0,00g SÓ=1,37g TZS=0,02g	EN=271,96kcal FH=1,70g ZS=7,12g SZH=48,15g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.04.	Tej (2)*; Kárpát szalámi (diéta); Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Rizsleves; Sült csirkecomb; Zöldborsóf zelék (tej-, lisztmentes); Kenyér (gluteinmentes);	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (gluteinmentes); Zöldpaprika;
	EN=362,86kcal FH=12,07g ZS=19,32g SZH=32,13g CK=0,00g SÓ=0,89g TZS=0,00g	EN=592,97kcal FH=35,53g ZS=18,20g SZH=67,94g CK=8,00g SÓ=1,57g TZS=0,02g	EN=219,06kcal FH=4,02g ZS=11,28g SZH=23,90g CK=0,00g SÓ=0,62g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.05.	Tea citromos (13)*; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér (gluteinmentes);	Paradicsom leves (lisztmentes) (5)*; Bugaci sertés szelet (lisztmentes); Petrezselymes burgonya; Kenyér (gluteinmentes);	Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Alma;
	EN=185,30kcal FH=3,17g ZS=6,18g SZH=27,57g CK=5,00g SÓ=0,33g TZS=0,00g	EN=649,35kcal FH=23,56g ZS=22,75g SZH=83,21g CK=10,00g SÓ=1,44g TZS=0,83g	EN=190,56kcal FH=0,71g ZS=7,12g SZH=29,23g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.06.	Kefír (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Tarhonyaleves (tej-, cukormentes); Vagdalt pogácsa (lisztmentes); Tökf zelék tejfölös (lisztmentes) (2)*; Kenyér (gluteinmentes); szibarack;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;
	EN=247,96kcal FH=4,77g ZS=12,37g SZH=28,28g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=663,79kcal FH=17,27g ZS=27,84g SZH=80,46g CK=3,00g SÓ=1,17g TZS=0,04g	EN=191,12kcal FH=3,75g ZS=8,87g SZH=22,10g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,35g

**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:**

**0300A1 Gluténmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.02.	Poharas tej (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Gomba leves tejfölös (2)*; Tarhonyás sertéshús (burgonyamentes); Meggykompót (cukormentes);	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=341,00kcal FH=11,90g ZS=14,93g SZH=44,31g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=507,38kcal FH=22,61g ZS=16,67g SZH=62,73g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,02g	EN=177,60kcal FH=6,60g ZS=4,30g SZH=33,50g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.03.	Tea (diabetikus) (13)*; Ft virsli (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csontleves; Vadas sertésszelet (1, 2, 5, 11)*; Spagetti; Alma;	Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Narancs;
	EN=348,10kcal FH=12,02g ZS=20,11g SZH=34,59g CK=0,00g SÓ=1,14g TZS=0,00g	EN=550,55kcal FH=21,57g ZS=19,53g SZH=67,24g CK=0,00g SÓ=1,15g TZS=0,02g	EN=258,50kcal FH=5,46g ZS=9,30g SZH=42,55g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.04.	Tej (2)*; Kárpát szalámi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Rizsleves; Sült csirkecomb; Zöldborsóf zelék (cukormentes) (2)*; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=419,80kcal FH=16,60g ZS=21,50g SZH=43,80g CK=0,00g SÓ=0,90g TZS=0,00g	EN=491,81kcal FH=37,75g ZS=14,23g SZH=50,13g CK=0,00g SÓ=1,34g TZS=0,02g	EN=238,80kcal FH=8,49g ZS=9,40g SZH=35,18g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.05.	Tea (diabetikus) (13)*; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Paradicsom leves (cukormentes) (5)*; Bugaci sertés szelet; Petrezselymes burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta (cukormentes);	Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=191,04kcal FH=8,00g ZS=4,39g SZH=34,75g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g	EN=494,84kcal FH=24,16g ZS=18,27g SZH=55,11g CK=0,00g SÓ=1,31g TZS=0,83g	EN=247,50kcal FH=5,24g ZS=9,30g SZH=40,90g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.06.	Kefír (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tarhonyaleves (tej-, cukormentes); Vagdalt (diabetikus); Tökf zelék (cukormentes, tejfölös) (2)*; szibarack;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=304,90kcal FH=9,30g ZS=14,55g SZH=39,95g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=531,11kcal FH=16,89g ZS=25,05g SZH=54,74g CK=0,00g SÓ=1,24g TZS=0,04g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g

**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:**

**1300A1 Diabetesz**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.09.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Gulyás leves (tej-, cukormentes); Mákos metélt (6)*; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=341,10kcal FH=11,60g ZS=8,33g SZH=58,80g CK=13,25g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=800,27kcal FH=22,24g ZS=20,78g SZH=134,08g CK=16,00g SÓ=1,40g TZS=0,03g	EN=213,00kcal FH=6,71g ZS=8,06g SZH=33,63g CK=0,05g SÓ=0,60g TZS=1,04g
KEDD 2019.09.10.	Tej (2)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Karalábé leves; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (5)*; F tt burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=282,20kcal FH=11,90g ZS=8,33g SZH=44,31g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=679,67kcal FH=22,85g ZS=20,80g SZH=103,67g CK=8,00g SÓ=1,19g TZS=0,10g	EN=190,86kcal FH=5,12g ZS=3,02g SZH=35,78g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.11.	Tea csipkebogyó (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Tavaszi leves (tej-, cukormentes); Rostonhal zöldf szeres (9)*; Párolt rizs; Kenyér (adalékmentes) (1)*; szibarack;	Joghurt (2)*; Vitelma; Kifli (adalékmentes) (1)*;
	EN=253,60kcal FH=8,17g ZS=9,39g SZH=39,22g CK=5,00g SÓ=0,56g TZS=0,00g	EN=844,90kcal FH=26,30g ZS=30,22g SZH=113,87g CK=0,00g SÓ=0,98g TZS=0,01g	EN=244,60kcal FH=9,60g ZS=8,40g SZH=33,00g CK=0,00g SÓ=0,43g TZS=3,60g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.12.	Tea citromos (13)*; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Almaleves (tejfölös) (2)*; Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes) (1, 5, 11)*; Köles párolt zöldséggel; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=206,65kcal FH=7,42g ZS=4,46g SZH=39,14g CK=5,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g	EN=764,42kcal FH=31,29g ZS=25,61g SZH=102,62g CK=10,17g SÓ=1,31g TZS=0,00g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.13.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	Zöldbab leves; Brassói aprópecsenye; Petrezselymes burgonya; Körte; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*; szibarack;
	EN=337,60kcal FH=10,66g ZS=10,04g SZH=56,23g CK=20,00g SÓ=0,56g TZS=3,03g	EN=713,59kcal FH=30,12g ZS=20,57g SZH=105,88g CK=0,00g SÓ=1,53g TZS=0,07g	EN=201,86kcal FH=5,45g ZS=3,02g SZH=37,98g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.09.	Rizstej; Mini dzsem (13)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Gulyás leves (tej-, cukormentes); Mákos metélt (6)*; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=395,90kcal FH=14,80g ZS=37,30g SZH=72,20g CK=13,25g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=800,27kcal FH=22,24g ZS=20,78g SZH=134,08g CK=16,00g SÓ=1,40g TZS=0,03g	EN=247,80kcal FH=6,71g ZS=12,06g SZH=33,63g CK=0,05g SÓ=0,60g TZS=1,04g
KEDD 2019.09.10.	szibarack rostoslé (dobozos); Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Karalábé leves; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (5)*; F tt burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=353,20kcal FH=7,10g ZS=13,13g SZH=56,11g CK=12,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=679,67kcal FH=22,85g ZS=20,80g SZH=103,67g CK=8,00g SÓ=1,19g TZS=0,10g	EN=247,46kcal FH=8,51g ZS=7,09g SZH=37,25g CK=0,00g SÓ=0,68g TZS=1,65g
SZERDA 2019.09.11.	Tea csipkebogyó (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Tavaszeleves (tej-, cukormentes); Rostonhal zöldf szeres (9)*; Párolt rizs; szibarack; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=288,40kcal FH=8,17g ZS=13,39g SZH=39,22g CK=5,00g SÓ=0,56g TZS=0,00g	EN=844,90kcal FH=26,30g ZS=30,22g SZH=113,87g CK=0,00g SÓ=0,98g TZS=0,01g	EN=220,50kcal FH=4,94g ZS=7,00g SZH=34,70g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.12.	Tea citromos (13)*; F tt virsli (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Almaleves (tejmentes); Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes) (1, 5, 11)*; Köles párolt zöldséggel; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=368,10kcal FH=12,02g ZS=20,11g SZH=39,59g CK=5,00g SÓ=1,14g TZS=0,00g	EN=761,58kcal FH=31,22g ZS=25,37g SZH=102,54g CK=10,17g SÓ=1,21g TZS=0,00g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.13.	Rizstej; Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	Zöldbab leves; Brassói aprópecsenye; Petrezselymes burgonya; Körte; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; szibarack;
	EN=309,60kcal FH=16,96g ZS=32,36g SZH=59,93g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g	EN=713,59kcal FH=30,12g ZS=20,57g SZH=105,88g CK=0,00g SÓ=1,53g TZS=0,07g	EN=236,66kcal FH=5,45g ZS=7,02g SZH=37,98g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

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

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.09.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Gulyásleves (lisztmentes); Mákos metélt (lisztmentes) (6)*; Alma; Kenyér (gluteinmentes);	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=318,96kcal FH=7,07g ZS=10,12g SZH=47,13g CK=13,25g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=792,09kcal FH=16,91g ZS=26,78g SZH=115,42g CK=16,00g SÓ=1,86g TZS=0,03g	EN=190,86kcal FH=2,18g ZS=9,88g SZH=21,96g CK=0,05g SÓ=0,59g TZS=1,04g
KEDD 2019.09.10.	Tej (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;	Karalábé leves (lisztmentes); Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (lisztmentes) (5)*; Ft burgonya; Kenyér (gluteinmentes);	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (gluteinmentes); Alma;
	EN=260,06kcal FH=7,37g ZS=10,15g SZH=32,64g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=672,12kcal FH=17,96g ZS=24,18g SZH=91,29g CK=8,00g SÓ=1,15g TZS=0,10g	EN=247,16kcal FH=4,10g ZS=11,19g SZH=30,70g CK=0,00g SÓ=0,62g TZS=1,65g
SZERDA 2019.09.11.	Tea csipkebogyó (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Zöldpaprika;	Tavaszileves (lisztmentes); Rostonhal zöldf szeres (9)*; Párolt rizs; szibarack; Kenyér (gluteinmentes);	Joghurt (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=231,46kcal FH=3,64g ZS=11,21g SZH=27,55g CK=5,00g SÓ=0,55g TZS=0,00g	EN=779,84kcal FH=19,46g ZS=31,57g SZH=94,07g CK=0,00g SÓ=0,94g TZS=0,01g	EN=249,46kcal FH=5,37g ZS=12,52g SZH=27,53g CK=0,00g SÓ=0,38g TZS=3,60g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.12.	Tea citromos (13)*; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér (gluteinmentes);	Almaleves (lisztmentes,tejfölös) (2)*; Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes) (1, 5, 11)*; Köles párolt zöldséggel; Kenyér (gluteinmentes);	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;
	EN=184,51kcal FH=2,89g ZS=6,28g SZH=27,47g CK=5,00g SÓ=0,33g TZS=0,00g	EN=721,34kcal FH=26,13g ZS=27,08g SZH=86,48g CK=10,17g SÓ=1,17g TZS=0,00g	EN=191,12kcal FH=3,75g ZS=8,87g SZH=22,10g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.13.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Sárgarépa;	Zöldbab leves (gluténmentes); Brassói aprópecsenye; Petrezselymes burgonya; Körte; Kenyér (gluteinmentes);	Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); szibarack;
	EN=315,46kcal FH=6,13g ZS=11,86g SZH=44,56g CK=20,00g SÓ=0,55g TZS=3,03g	EN=678,52kcal FH=24,81g ZS=23,83g SZH=87,41g CK=0,00g SÓ=1,49g TZS=0,07g	EN=201,56kcal FH=1,04g ZS=7,12g SZH=31,43g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0300A1 Gluténmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.09.	Poharas tej (2)*; Dzsem (diabetikus); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Gulyás leves sertéshússal; Káposztás kocka (cukormentes); Alma;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=449,40kcal FH=11,60g ZS=14,90g SZH=70,80g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=520,09kcal FH=12,80g ZS=15,41g SZH=78,94g CK=0,00g SÓ=0,64g TZS=0,03g	EN=251,40kcal FH=7,01g ZS=12,09g SZH=34,14g CK=0,05g SÓ=0,60g TZS=1,04g
KEDD 2019.09.10.	Poharas tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Karalábé leves; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (cukormentes) (5)*; F tt burgonya;	Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=383,20kcal FH=13,90g ZS=18,73g SZH=44,71g CK=0,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=459,25kcal FH=17,19g ZS=17,62g SZH=55,48g CK=0,00g SÓ=0,92g TZS=0,10g	EN=247,50kcal FH=5,24g ZS=9,30g SZH=40,90g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.11.	Tea csipkebogyó (diabetikus); Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Tavaszi leves (tej-, cukormentes); Rostonhal zöldf szeres (9)*; Párolt rizs;	Joghurt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=267,40kcal FH=8,16g ZS=13,39g SZH=34,10g CK=0,00g SÓ=0,56g TZS=0,00g	EN=624,30kcal FH=20,13g ZS=27,07g SZH=66,62g CK=0,00g SÓ=0,71g TZS=0,01g	EN=306,40kcal FH=9,90g ZS=14,70g SZH=39,20g CK=0,00g SÓ=0,39g TZS=3,60g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.12.	Tea (diabetikus) (13)*; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Almaleves (cukormentes) (2)*; Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes) (1, 5, 11)*; Köles párolt zöldséggel;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=186,65kcal FH=7,42g ZS=4,46g SZH=34,14g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g	EN=536,00kcal FH=25,63g ZS=22,43g SZH=52,42g CK=0,17g SÓ=0,94g TZS=0,00g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.13.	Tea csipkebogyó (diabetikus); Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldbab leves; Brassói aprópecsenye; Petrezselymes burgonya; Körte;	Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; szibarack;
	EN=276,20kcal FH=10,00g ZS=13,90g SZH=33,30g CK=0,00g SÓ=0,56g TZS=3,00g	EN=538,09kcal FH=24,72g ZS=17,42g SZH=68,53g CK=0,00g SÓ=1,26g TZS=0,07g	EN=258,50kcal FH=5,57g ZS=9,30g SZH=43,10g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**1300A1 Diabetesz**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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



	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.16.	Joghurt (2)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves; Gránátos kocka; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Mini méz; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=271,60kcal FH=9,90g ZS=10,70g SZH=39,20g CK=0,00g SÓ=0,39g TZS=3,60g	EN=668,73kcal FH=19,31g ZS=14,98g SZH=117,45g CK=0,00g SÓ=9,24g TZS=0,03g	EN=238,60kcal FH=4,80g ZS=5,30g SZH=49,68g CK=16,42g SÓ=0,24g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.17.	szibarack rostoslé (dobozos); Trappista sajt (2)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldségleves (tej-, cukormentes); Bakonyi sertéstokány; Petrezselymes rizs; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Körte;
	EN=335,40kcal FH=10,00g ZS=9,90g SZH=55,30g CK=12,00g SÓ=0,56g TZS=3,00g	EN=694,19kcal FH=24,90g ZS=22,11g SZH=99,13g CK=0,00g SÓ=1,82g TZS=0,20g	EN=213,96kcal FH=5,12g ZS=3,02g SZH=41,28g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.18.	Tej (2)*; Vitelma; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Zellerkrémleves (5)*; Csirkepörkölt; Orsó tészta; Uborkasaláta; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	EN=251,60kcal FH=11,30g ZS=6,00g SZH=37,60g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=729,57kcal FH=27,86g ZS=20,34g SZH=112,32g CK=10,00g SÓ=1,74g TZS=0,02g	EN=241,20kcal FH=8,55g ZS=9,46g SZH=35,57g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.19.	Tea citromos (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csontleves; Hentes sertés szelet (lisztmentes); Hagymás burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; szibarack;
	EN=248,10kcal FH=7,82g ZS=9,31g SZH=38,39g CK=5,00g SÓ=0,56g TZS=0,00g	EN=621,56kcal FH=30,08g ZS=19,12g SZH=85,92g CK=0,00g SÓ=1,73g TZS=0,81g	EN=254,76kcal FH=8,75g ZS=7,02g SZH=43,16g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.20.	Tej (2)*; Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	Burgonyaleves tejfölös (2)*; Sült pulyka zöldf szeres; Zöldbabf zelék (2)*; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Mini dzsem (13)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=268,76kcal FH=11,84g ZS=6,08g SZH=41,11g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=618,64kcal FH=29,45g ZS=21,36g SZH=82,38g CK=2,00g SÓ=1,31g TZS=0,04g	EN=241,10kcal FH=4,80g ZS=5,30g SZH=48,20g CK=13,25g SÓ=0,24g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.16.	Tea citromos (13)*; Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves; Gránátos kocka; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Mini méz; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=277,10kcal FH=6,82g ZS=13,11g SZH=38,79g CK=5,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=668,73kcal FH=19,31g ZS=14,98g SZH=117,45g CK=0,00g SÓ=9,24g TZS=0,03g	EN=273,40kcal FH=4,80g ZS=9,30g SZH=49,68g CK=16,42g SÓ=0,24g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.17.	szibarack rostoslé (dobozos); Házi zöldséges sertéshúskrém (tejmentes); Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldségleves (lisztmentes); Bakonyi sertéstokány; Petrezselymes rizs; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Körte;
	EN=291,46kcal FH=9,00g ZS=5,42g SZH=55,28g CK=12,00g SÓ=0,74g TZS=0,00g	EN=685,57kcal FH=24,66g ZS=22,11g SZH=97,37g CK=0,00g SÓ=1,80g TZS=0,20g	EN=248,76kcal FH=5,12g ZS=7,02g SZH=41,28g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.18.	Rizstej; Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Zellerkrémleves (5)*; Csirkepörkölt; Orsó tészta; Uborkasaláta; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	EN=306,40kcal FH=14,50g ZS=35,00g SZH=51,00g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=729,57kcal FH=27,86g ZS=20,34g SZH=112,32g CK=10,00g SÓ=1,74g TZS=0,02g	EN=241,20kcal FH=8,55g ZS=9,46g SZH=35,57g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.19.	Tea citromos (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csontleves; Hentes sertés szelet (lisztmentes); Hagymás burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; szibarack;
	EN=282,90kcal FH=7,82g ZS=13,31g SZH=38,39g CK=5,00g SÓ=0,56g TZS=0,00g	EN=621,56kcal FH=30,08g ZS=19,12g SZH=85,92g CK=0,00g SÓ=1,73g TZS=0,81g	EN=254,76kcal FH=8,75g ZS=7,02g SZH=43,16g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.20.	Rizstej; Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	Burgonyaleves (tejmentes); Sült pulyka zöldf szeres; Zöldbabf zelék (tejmentes); Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Mini dzsem (13)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=323,56kcal FH=15,04g ZS=35,08g SZH=54,51g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=616,89kcal FH=29,35g ZS=20,53g SZH=84,01g CK=2,00g SÓ=1,31g TZS=0,03g	EN=275,90kcal FH=4,80g ZS=9,30g SZH=48,20g CK=13,25g SÓ=0,24g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.16.	Joghurt (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Tárkonyos csirkeraguleves (gluténmentes); Gránátos kocka (lisztmentes); Alma; Kenyér (gluteinmentes);	Mini méz; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=249,46kcal FH=5,37g ZS=12,52g SZH=27,53g CK=0,00g SÓ=0,38g TZS=3,60g	EN=629,54kcal FH=14,26g ZS=16,46g SZH=102,15g CK=0,00g SÓ=2,75g TZS=0,03g	EN=216,46kcal FH=0,27g ZS=7,12g SZH=38,01g CK=16,42g SÓ=0,23g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.17.	szibarack rostoslé (dobozos); Trappista sajt (2)*; Vitelma; Medvehagymás kenyér (gluteinmentes);	Zöldségleves (lisztmentes); Bakonyi sertéstokány; Petrezselymes rizs; Kenyér (gluteinmentes);	Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Körte;
	EN=313,26kcal FH=5,47g ZS=11,72g SZH=43,63g CK=12,00g SÓ=0,45g TZS=3,00g	EN=643,93kcal FH=19,53g ZS=23,58g SZH=81,55g CK=0,00g SÓ=1,76g TZS=0,20g	EN=213,66kcal FH=0,71g ZS=7,12g SZH=34,73g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.18.	Tej (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Alma;	Zellerkrémleves (5)*; Csirkepörkölt; Körettészta (gluteinmentes); Uborkasaláta; Kenyér (gluteinmentes);	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (gluteinmentes); Zöldpaprika;
	EN=290,56kcal FH=7,51g ZS=10,12g SZH=39,83g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=715,77kcal FH=22,73g ZS=24,57g SZH=96,50g CK=10,00g SÓ=1,49g TZS=0,02g	EN=219,06kcal FH=4,02g ZS=11,28g SZH=23,90g CK=0,00g SÓ=0,62g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.19.	Tea citromos (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Csontleves (lisztmentes); Hentes sertés szelet (lisztmentes); Hagymás burgonya; Kenyér (gluteinmentes);	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (gluteinmentes); szibarack;
	EN=225,96kcal FH=3,29g ZS=11,13g SZH=26,72g CK=5,00g SÓ=0,55g TZS=0,00g	EN=572,16kcal FH=24,86g ZS=20,56g SZH=68,38g CK=0,00g SÓ=1,68g TZS=0,81g	EN=232,62kcal FH=4,22g ZS=8,84g SZH=31,49g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.20.	Tej (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Sárgarépa;	Burgonyaleves (tejmentes); Sült pulyka zöldf szeres; Zöldbabf zelék tejjel (lisztmentes) (2)*; Alma; Kenyér (gluteinmentes);	Mini dzsem (13)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=268,46kcal FH=7,43g ZS=10,18g SZH=34,56g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=595,92kcal FH=24,65g ZS=22,52g SZH=71,67g CK=2,00g SÓ=1,26g TZS=0,03g	EN=218,96kcal FH=0,27g ZS=7,12g SZH=36,53g CK=13,25g SÓ=0,23g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0300A1 Gluténmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia;  
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.16.	Joghurt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves; Gránátos kocka; Alma;	Gépsonka (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=306,40kcal FH=9,90g ZS=14,70g SZH=39,20g CK=0,00g SÓ=0,39g TZS=3,60g	EN=493,23kcal FH=13,91g ZS=11,83g SZH=80,10g CK=0,00g SÓ=8,97g TZS=0,03g	EN=265,00kcal FH=8,10g ZS=13,33g SZH=33,71g CK=0,00g SÓ=0,76g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.17.	Tea (diabetikus) (13)*; Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldségleves (tej-, cukormentes); Bakonyi sertéstokány; Petrezselymes rizs;	Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Körte;
	EN=277,70kcal FH=10,02g ZS=13,91g SZH=33,49g CK=0,00g SÓ=0,56g TZS=3,00g	EN=518,69kcal FH=19,50g ZS=18,96g SZH=61,78g CK=0,00g SÓ=1,55g TZS=0,20g	EN=270,60kcal FH=5,24g ZS=9,30g SZH=46,40g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g
SZERDA 2019.09.18.	Tej (2)*; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zellerkrémleves (5)*; Csirkepörkölt; Orsó tészta; Uborkasaláta (cukormentes);	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	EN=285,94kcal FH=14,48g ZS=7,36g SZH=44,66g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g	EN=514,47kcal FH=22,56g ZS=17,20g SZH=65,14g CK=0,00g SÓ=1,47g TZS=0,02g	EN=241,20kcal FH=8,55g ZS=9,46g SZH=35,57g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.19.	Tea (diabetikus) (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csontleves; Hentes sertés szelet (lisztmentes); Hagymás burgonya;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	EN=262,90kcal FH=7,82g ZS=13,31g SZH=33,39g CK=0,00g SÓ=0,56g TZS=0,00g	EN=446,06kcal FH=24,68g ZS=15,97g SZH=48,57g CK=0,00g SÓ=1,46g TZS=0,81g	EN=215,66kcal FH=8,34g ZS=7,11g SZH=34,16g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
PÉNTEK 2019.09.20.	Poharas tej (2)*; F tt tojás (3)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	Burgonyaleves (tejmentes); Sült pulyka zöldf szeres; Zöldbabf zelék (tejfölös,cukormentes) (2)*; Alma;	Dzsem (diabetikus); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=434,40kcal FH=18,71g ZS=20,96g SZH=46,53g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=438,41kcal FH=24,05g ZS=17,86g SZH=44,70g CK=0,00g SÓ=1,04g TZS=0,03g	EN=325,40kcal FH=4,80g ZS=9,30g SZH=60,20g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**1300A1 Diabetesz**

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

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.23.	Tea csipkebogyó (13)*; Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Sárgaborsókrémleves (tej-, cukormentes); Pulykaragu; Szarvacska tészta; Káposzta-pritamin saláta; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Kefír (2)*; Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=198,60kcal FH=6,61g ZS=4,30g SZH=38,62g CK=5,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g	EN=804,08kcal FH=30,62g ZS=21,17g SZH=124,71g CK=5,00g SÓ=2,37g TZS=0,01g	EN=270,10kcal FH=9,30g ZS=10,55g SZH=39,95g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.24.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Vitelma; Molnárka (allergénmentes) (1, 2, 3)*;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (1, 11)*; Párolt zöldségek ínyenc; Párolt rizs; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=366,60kcal FH=11,80g ZS=9,00g SZH=57,60g CK=13,25g SÓ=0,16g TZS=0,00g	EN=626,52kcal FH=29,21g ZS=21,03g SZH=81,60g CK=0,00g SÓ=1,00g TZS=0,01g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
SZERDA 2019.09.25.	szibarack rostoslé (dobozos); Trappista sajt (2)*; Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Sárgarépa felvágva (2)*; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=313,56kcal FH=9,88g ZS=7,62g SZH=50,18g CK=12,00g SÓ=0,61g TZS=3,00g	EN=700,57kcal FH=37,12g ZS=19,86g SZH=94,80g CK=7,00g SÓ=2,02g TZS=0,40g	EN=235,20kcal FH=8,19g ZS=9,37g SZH=34,67g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.26.	Tej (2)*; Vitelma; Kifli (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	szibarack leves tejfölös (2)*; Sült hal (1, 9)*; Burgonyapüré tejjel (2)*; Csemege uborka; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=263,60kcal FH=11,66g ZS=6,06g SZH=40,03g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=601,99kcal FH=24,51g ZS=12,72g SZH=100,03g CK=10,00g SÓ=1,86g TZS=0,05g	EN=188,81kcal FH=7,70g ZS=4,48g SZH=34,47g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.27.	Rostos almalé; F tt virsli (diéta); Vitelma; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Zöldborsó leves (tej-, cukormentes); Milánói makaróni; Sajtszórat (2)*; szibarack; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Poharas tej (2)*; Vitelma; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	EN=399,60kcal FH=12,60g ZS=16,21g SZH=55,41g CK=20,00g SÓ=1,14g TZS=0,03g	EN=826,87kcal FH=26,59g ZS=26,81g SZH=122,96g CK=6,00g SÓ=1,57g TZS=2,30g	EN=280,76kcal FH=11,48g ZS=8,62g SZH=38,68g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.23.	Tea csipkebogyó (13)*; Pápai sonka (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Sárgaborsókrémleves (tej-, cukormentes); Pulykaragu; Szarvacska tészta; Káposzta-pritamin saláta; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=266,40kcal FH=9,41g ZS=10,70g SZH=38,32g CK=5,00g SÓ=0,82g TZS=0,00g	EN=804,08kcal FH=30,62g ZS=21,17g SZH=124,71g CK=5,00g SÓ=2,37g TZS=0,01g	EN=177,60kcal FH=6,60g ZS=4,30g SZH=33,50g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.24.	Rizstej; Mini dzsem (13)*; Ráma margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1, 2, 3)*;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (1, 11)*; Párolt zöldségek ínyenc; Párolt rizs; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=421,40kcal FH=15,00g ZS=38,00g SZH=71,00g CK=13,25g SÓ=0,16g TZS=0,00g	EN=626,52kcal FH=29,21g ZS=21,03g SZH=81,60g CK=0,00g SÓ=1,00g TZS=0,01g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g
SZERDA 2019.09.25.	szibarack rostoslé (dobozos); Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Sárgarépa zelék (tejmentes); Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=319,66kcal FH=5,12g ZS=7,02g SZH=57,78g CK=12,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=700,57kcal FH=35,76g ZS=19,26g SZH=97,68g CK=12,00g SÓ=2,02g TZS=0,40g	EN=235,20kcal FH=8,19g ZS=9,37g SZH=34,67g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.26.	Rizstej; Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	szibarack leves (tejmentes); Sült hal (1, 9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=318,40kcal FH=14,86g ZS=35,06g SZH=53,43g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=599,55kcal FH=23,82g ZS=12,05g SZH=101,84g CK=10,00g SÓ=1,87g TZS=0,05g	EN=259,20kcal FH=7,10g ZS=13,13g SZH=34,11g CK=0,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.27.	Rostos almalé; F tt virsli (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Zöldborsó leves (tej-, cukormentes); Milánói makaróni; szibarack; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=434,40kcal FH=12,60g ZS=20,21g SZH=55,41g CK=20,00g SÓ=1,14g TZS=0,03g	EN=779,77kcal FH=22,69g ZS=23,36g SZH=122,88g CK=6,00g SÓ=1,33g TZS=0,05g	EN=225,66kcal FH=5,12g ZS=7,02g SZH=35,78g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia;  
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.23.	Tea csipkebogyó (13)*; Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér (gluteinmentes);	Sárgaborsókrémleves (lisztmentes); Pulykaragu; Szarvacska tészta; Káposzta-pritamin saláta; Kenyér (gluteinmentes);	Kefír (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=176,46kcal FH=2,08g ZS=6,12g SZH=26,95g CK=5,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=767,72kcal FH=25,44g ZS=23,56g SZH=107,98g CK=5,00g SÓ=2,33g TZS=0,01g	EN=247,96kcal FH=4,77g ZS=12,37g SZH=28,28g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.24.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Csontleves (lisztmentes); Mustáros sertésszelet (diéta) (1, 11)*; Párolt zöldségek ínyenc; Párolt rizs; Kenyér (gluteinmentes);	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;
	EN=318,96kcal FH=7,07g ZS=10,12g SZH=47,13g CK=13,25g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=577,12kcal FH=23,99g ZS=22,47g SZH=64,05g CK=0,00g SÓ=0,96g TZS=0,02g	EN=191,12kcal FH=3,75g ZS=8,87g SZH=22,10g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,35g
SZERDA 2019.09.25.	szibarack rostoslé (dobozos); Trappista sajt (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Sárgarépa felék (lisztmentes,tejel) (2)*; Alma; Kenyér (gluteinmentes);	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=313,26kcal FH=5,47g ZS=11,72g SZH=43,63g CK=12,00g SÓ=0,55g TZS=3,00g	EN=680,47kcal FH=32,41g ZS=21,39g SZH=83,72g CK=7,00g SÓ=1,98g TZS=0,40g	EN=213,06kcal FH=3,66g ZS=11,19g SZH=23,00g CK=0,00g SÓ=0,62g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.26.	Tej (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Sárgarépa;	szibarackleves tejjel (lisztmentes) (2)*; Sült hal (1, 9)*; Burgonyapüré tejjel (2)*; Csemege uborka; Kenyér (gluteinmentes);	Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;
	EN=268,46kcal FH=7,43g ZS=10,18g SZH=34,56g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=558,91kcal FH=19,35g ZS=14,19g SZH=83,89g CK=10,00g SÓ=1,82g TZS=0,05g	EN=166,67kcal FH=3,17g ZS=6,30g SZH=22,80g CK=0,00g SÓ=0,33g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.27.	Tea citromos (13)*; Ft virsli (diéta); Vitelma; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;	Zöldborsó leves (lisztmentes); Milánói makaróni (lisztmentes); Sajtszórat (2)*; szibarack; Kenyér (gluteinmentes);	Poharas tej (2)*; Vitelma; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=314,76kcal FH=7,79g ZS=17,96g SZH=28,43g CK=5,00g SÓ=1,13g TZS=0,00g	EN=775,55kcal FH=21,45g ZS=27,36g SZH=107,05g CK=6,00g SÓ=1,53g TZS=2,30g	EN=280,46kcal FH=7,07g ZS=12,72g SZH=32,13g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**0300A1 Gluténmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* ) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.23.	Tea csipkebogyó (diabetikus); Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Sárgaborsókrémleves (tej-, cukormentes); Pulykaragu; Szarvacska tészta;	Kefír (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=177,60kcal FH=6,60g ZS=4,30g SZH=33,50g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g	EN=589,93kcal FH=24,40g ZS=17,85g SZH=79,03g CK=0,00g SÓ=2,00g TZS=0,01g	EN=304,90kcal FH=9,30g ZS=14,55g SZH=39,95g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g
KEDD 2019.09.24.	Poharas tej (2)*; Dzsem (diabetikus); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (1, 11)*; Párolt zöldségek ínyenc; Párolt rizs;	Házi pulykahúskrém (13)*; Teljes kiörlés kenyér (adalékmentes) (1, 2)*; Uborka;
	EN=449,40kcal FH=11,60g ZS=14,90g SZH=70,80g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=451,02kcal FH=23,81g ZS=17,88g SZH=44,25g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,01g	EN=167,66kcal FH=7,48g ZS=5,05g SZH=21,77g CK=0,56g SÓ=0,71g TZS=0,35g
SZERDA 2019.09.25.	Tea csipkebogyó (diabetikus); Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Sárgarépa felék (cukormentes, tejes) (2)*; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=276,20kcal FH=10,00g ZS=13,90g SZH=33,30g CK=0,00g SÓ=0,56g TZS=3,00g	EN=496,83kcal FH=31,71g ZS=16,71g SZH=50,41g CK=0,00g SÓ=1,75g TZS=0,40g	EN=235,20kcal FH=8,19g ZS=9,37g SZH=34,67g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.09.26.	Poharas tej (2)*; Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Sárgarépa;	szibarack leves (cukormentes, tejjel) (2)*; Sült hal (1, 9)*; Burgonyapüré tejjel (2)*; Uborkasaláta (cukormentes);	Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=322,40kcal FH=11,66g ZS=12,66g SZH=40,03g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=375,11kcal FH=19,07g ZS=9,65g SZH=50,84g CK=0,00g SÓ=1,13g TZS=0,05g	EN=188,81kcal FH=7,70g ZS=4,48g SZH=34,47g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.09.27.	Tea (diabetikus) (13)*; F tt virsli (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Zöldborsó leves (tej-, cukormentes); Milánói makaróni (cukormentes); Sajtszórat (2)*; szibarack;	Poharas tej (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=351,70kcal FH=12,32g ZS=20,14g SZH=35,10g CK=0,00g SÓ=1,14g TZS=0,00g	EN=599,27kcal FH=21,18g ZS=20,89g SZH=79,54g CK=0,00g SÓ=1,30g TZS=2,30g	EN=337,40kcal FH=11,60g ZS=14,90g SZH=43,80g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g

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



**SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: mail@suli-host.hu

**Étlap név:**

**1300A1 Diabetesz**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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



	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.30.	Tej (2)*; Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Citromos pulykaragu leves (tej-, cukormentes); Túrós tészta (2)*; Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Pápai sonka (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=286,40kcal FH=11,30g ZS=10,00g SZH=37,60g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=660,18kcal FH=25,97g ZS=16,45g SZH=105,58g CK=0,00g SÓ=0,98g TZS=0,01g	EN=245,40kcal FH=9,40g ZS=10,70g SZH=33,20g CK=0,00g SÓ=0,82g TZS=0,00g
KEDD 2019.10.01.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldségleves (tej-, cukormentes); Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsóf zelék (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;
	EN=360,40kcal FH=10,30g ZS=13,98g SZH=53,80g CK=20,00g SÓ=0,56g TZS=3,03g	EN=739,65kcal FH=28,50g ZS=28,29g SZH=94,93g CK=8,00g SÓ=1,82g TZS=0,02g	EN=307,06kcal FH=6,11g ZS=7,02g SZH=54,70g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
SZERDA 2019.10.02.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Meggyleves (2)*; Bakonyi pulykaragu; Petrezselymes burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=335,20kcal FH=14,99g ZS=12,37g SZH=45,27g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g	EN=630,53kcal FH=24,13g ZS=18,62g SZH=94,74g CK=5,00g SÓ=1,10g TZS=0,06g	EN=188,75kcal FH=7,70g ZS=4,48g SZH=34,46g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.10.03.	szibarack rostoslé (dobozos); Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Sült csirkecomb; Almamártás (2)*; Pirított dara (1)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Joghurt (2)*; Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	EN=349,60kcal FH=6,80g ZS=13,10g SZH=55,60g CK=12,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=655,47kcal FH=34,79g ZS=22,49g SZH=80,45g CK=5,00g SÓ=1,40g TZS=0,02g	EN=284,56kcal FH=9,78g ZS=12,42g SZH=34,08g CK=0,00g SÓ=0,44g TZS=3,60g
PÉNTEK 2019.10.04.	Kefír (2)*; Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Paradicsom leves (5)*; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Körte;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=277,90kcal FH=9,00g ZS=12,25g SZH=33,75g CK=0,00g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=783,60kcal FH=30,12g ZS=22,43g SZH=114,96g CK=10,00g SÓ=1,00g TZS=0,03g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g

**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:**

**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

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

TZS=Telített zsír;

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia;  
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.30.	Rizstej; Mini dzsem (13)*; Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Citromos pulykaragu leves (tej-, cukormentes); Káposztás kocka (tojásmentes); Alma; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=368,90kcal FH=14,50g ZS=35,00g SZH=66,00g CK=13,25g SÓ=0,28g TZS=0,00g	EN=655,41kcal FH=19,27g ZS=16,11g SZH=111,23g CK=2,00g SÓ=0,98g TZS=0,01g	EN=177,60kcal FH=6,60g ZS=4,30g SZH=33,50g CK=0,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g
KEDD 2019.10.01.	Rostos almalé; F tt virsli (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldségleves (tej-, cukormentes); Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsóf zelék (tejmentes); Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;
	EN=430,80kcal FH=12,30g ZS=20,18g SZH=54,90g CK=20,00g SÓ=1,14g TZS=0,03g	EN=719,65kcal FH=27,14g ZS=27,69g SZH=92,81g CK=8,00g SÓ=1,82g TZS=0,02g	EN=307,06kcal FH=6,11g ZS=7,02g SZH=54,70g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
SZERDA 2019.10.02.	Tea csipkebogyó (13)*; Kárpát szalámi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Meggyleves; Bakonyi pulykaragu; Petrezselymes burgonya; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=340,80kcal FH=9,81g ZS=18,50g SZH=38,32g CK=5,00g SÓ=0,90g TZS=0,00g	EN=618,35kcal FH=23,88g ZS=18,36g SZH=92,61g CK=5,00g SÓ=1,10g TZS=0,06g	EN=238,80kcal FH=8,49g ZS=9,40g SZH=35,18g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2019.10.03.	szibarack rostoslé (dobozos); Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Sült csirkecomb; Alma mártás (tejmentes); Pírtott dara (1)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	EN=349,60kcal FH=6,80g ZS=13,10g SZH=55,60g CK=12,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=648,37kcal FH=34,62g ZS=21,89g SZH=80,25g CK=5,00g SÓ=1,40g TZS=0,02g	EN=225,66kcal FH=5,12g ZS=7,02g SZH=35,78g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.10.04.	Tea csipkebogyó (13)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Paradicsom leves (5)*; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Körte;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=255,40kcal FH=7,51g ZS=11,00g SZH=32,12g CK=5,00g SÓ=0,60g TZS=0,00g	EN=783,60kcal FH=30,12g ZS=22,43g SZH=114,96g CK=10,00g SÓ=1,00g TZS=0,03g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g

**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:**

**0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.30.	Tej (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (gluteinmentes);	Citromos pulykaragu leves (lisztmentes); Túrós tészta (lisztmentes) (2)*; Alma; Kenyér (gluteinmentes);	Pápai sonka (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=291,26kcal FH=7,07g ZS=14,12g SZH=32,13g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=614,56kcal FH=19,30g ZS=18,17g SZH=89,65g CK=0,00g SÓ=0,94g TZS=0,01g	EN=223,26kcal FH=4,87g ZS=12,52g SZH=21,53g CK=0,00g SÓ=0,81g TZS=0,00g
KEDD 2019.10.01.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (gluteinmentes);	Zöldségleves (lisztmentes); Vagdalt pogácsa (lisztmentes); Zöldborsóf zelék tejjel (lisztmentes) (2)*; Kenyér (gluteinmentes);	Ráma margarin 10g; Kenyér (gluteinmentes); Banán;
	EN=338,26kcal FH=5,77g ZS=15,80g SZH=42,13g CK=20,00g SÓ=0,55g TZS=3,03g	EN=641,19kcal FH=23,09g ZS=25,16g SZH=76,95g CK=8,00g SÓ=1,46g TZS=0,03g	EN=306,76kcal FH=1,70g ZS=11,12g SZH=48,15g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g
SZERDA 2019.10.02.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér (gluteinmentes);	Meggyleves (liszt-, tejmentes); Bakonyi pulykaragu; Petrezselymes burgonya; Kenyér (gluteinmentes);	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;
	EN=313,06kcal FH=10,46g ZS=14,19g SZH=33,60g CK=0,00g SÓ=0,62g TZS=1,65g	EN=575,28kcal FH=18,72g ZS=19,82g SZH=76,47g CK=5,00g SÓ=1,06g TZS=0,06g	EN=166,61kcal FH=3,17g ZS=6,30g SZH=22,80g CK=0,00g SÓ=0,33g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.10.03.	Tea citromos (13)*; Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Medvehagymás kenyér (gluteinmentes);	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Sült csirkecomb; Alma mártás (liszt-, tejmentes); Piritott dara (1)*; Kenyér (gluteinmentes);	Joghurt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (gluteinmentes);
	EN=254,96kcal FH=2,29g ZS=14,93g SZH=27,12g CK=5,18g SÓ=0,55g TZS=0,00g	EN=610,32kcal FH=29,56g ZS=23,37g SZH=65,22g CK=5,00g SÓ=1,35g TZS=0,02g	EN=284,26kcal FH=5,37g ZS=16,52g SZH=27,53g CK=0,00g SÓ=0,38g TZS=3,60g
PÉNTEK 2019.10.04.	Kefír (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (gluteinmentes);	Paradicsom leves (lisztmentes) (5)*; Sertés flekken (lisztmentes); Kukoricás rizs; Kenyér (gluteinmentes); Körte;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (gluteinmentes); Uborka;
	EN=282,76kcal FH=4,77g ZS=16,37g SZH=28,28g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=726,55kcal FH=25,25g ZS=21,18g SZH=101,79g CK=10,00g SÓ=1,46g TZS=0,04g	EN=191,12kcal FH=3,75g ZS=8,87g SZH=22,10g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,35g

**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:**

**0300A1 Gluténmentes**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2019.09.30.	Poharas tej (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Citromos pulykaragu leves (tej-, cukormentes); Túrós tészta (2)*; Alma;	Pápai sonka (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;
	EN=337,40kcal FH=11,60g ZS=14,90g SZH=43,80g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=484,68kcal FH=20,57g ZS=13,30g SZH=68,23g CK=0,00g SÓ=0,71g TZS=0,01g	EN=245,40kcal FH=9,40g ZS=10,70g SZH=33,20g CK=0,00g SÓ=0,82g TZS=0,00g
KEDD 2019.10.01.	Tea (diabetikus) (13)*; Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldségleves (tej-, cukormentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsóf zelék (cukormentes) (2)*; Alma;	Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Körte;
	EN=277,70kcal FH=10,02g ZS=13,91g SZH=33,49g CK=0,00g SÓ=0,56g TZS=3,00g	EN=546,89kcal FH=24,17g ZS=22,42g SZH=58,73g CK=0,00g SÓ=1,55g TZS=0,02g	EN=270,60kcal FH=5,24g ZS=9,30g SZH=46,40g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g
SZERDA 2019.10.02.	Tea csipkebogyó (diabetikus); Csirkemájkrém 30g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Meggyleves (cukormentes) (2)*; Bakonyi pulykaragu; Petrezselymes burgonya;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=235,20kcal FH=8,19g ZS=9,37g SZH=34,67g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g	EN=425,70kcal FH=18,55g ZS=15,45g SZH=50,34g CK=0,00g SÓ=0,83g TZS=0,06g	EN=188,75kcal FH=7,70g ZS=4,48g SZH=34,46g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.10.03.	Tea (diabetikus) (13)*; Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Sült csirkecomb; Alma mártás (cukormentes) (2)*; Pirított dara (1)*;	Joghurt (2)*; Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	EN=257,10kcal FH=6,82g ZS=13,11g SZH=33,79g CK=0,18g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=459,97kcal FH=29,39g ZS=19,34g SZH=38,10g CK=0,00g SÓ=1,13g TZS=0,02g	EN=284,56kcal FH=9,78g ZS=12,42g SZH=34,08g CK=0,00g SÓ=0,44g TZS=3,60g
PÉNTEK 2019.10.04.	Kefír (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér (adalékmentes) (1)*;	Paradicsom leves (cukormentes) (5)*; Sertés flekken; Kukoricás rizs;	Házi pulykahúskrém (13)*; Kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	EN=304,90kcal FH=9,30g ZS=14,55g SZH=39,95g CK=0,00g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=483,65kcal FH=24,31g ZS=16,53g SZH=54,45g CK=0,00g SÓ=0,73g TZS=0,04g	EN=213,26kcal FH=8,28g ZS=7,05g SZH=33,77g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,35g

**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:**

**1300A1 Diabetesz**

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

TZS=Telített zsír;

(\* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Alma</b> Összetétel: Alma/Idared	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Almaleves (tejfőlös)</b> Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf. szeg, Tejföl 5/1 12%	90,05kcal	0,82g	0,66g	20,76g	10,00g	0,20g	0,00g
<b>Bakonyi sertéstokány</b> Összetétel: Csemege paprika, Étölaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	130,51kcal	13,47g	6,32g	3,78g	0,00g	0,51g	0,19g
<b>Banán</b> Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Brassói aprópecsenye</b> Összetétel: Étölaj 'napraforgó', Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	152,92kcal	16,93g	8,33g	1,13g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Bugaci sertés szelet</b> Összetétel: Csemege paprika, Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	182,71kcal	17,31g	10,22g	3,84g	0,00g	0,54g	0,75g
<b>Burgonyaleves tejfölös</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Tisztított burgonya, Vöröshagyma	97,94kcal	2,29g	2,49g	16,24g	0,00g	0,54g	0,04g
<b>Burgonyapüré tejjel</b> Összetétel: Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%), Tisztított burgonya	153,60kcal	4,66g	0,61g	32,91g	0,00g	0,33g	0,05g
<b>Citromos pulykaragu leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Citrom, Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rölt fekete bors, Pulykacomb fels. filé, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	137,00kcal	11,23g	6,64g	6,84g	0,00g	0,21g	0,01g
<b>Csemege uborka</b> Összetétel: Csemege uborka	12,00kcal	0,54g	0,00g	1,26g	0,00g	0,96g	0,00g
<b>Csirke májkrém 30g</b> Összetétel: Csirke májaskrém 30g 'Eurofood'	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
<b>Csirkepörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirke comb fels. 'csontos', Étölaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, rölt fekete bors, Só (jódozott), Vöröshagyma	207,59kcal	19,24g	12,16g	2,26g	0,00g	0,20g	0,01g
<b>Csontleves</b> Összetétel: Étölaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só (jódozott), Vöröshagyma	65,64kcal	1,08g	2,17g	9,93g	0,00g	0,13g	0,02g
<b>Főtt burgonya</b> Összetétel: Só (jódozott), Tisztított burgonya	77,00kcal	2,02g	0,09g	17,40g	0,00g	0,12g	0,03g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Főtt virsli (diéta)</b> Összetétel: Virsli Kométa Vendégház	133,20kcal	7,20g	10,80g	1,20g	0,00g	0,90g	0,00g
<b>Gomba leves tejfölös</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	94,93kcal	2,77g	3,41g	12,38g	0,00g	0,24g	0,02g
<b>Gránátos kocka</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, rólt fekete bors, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	337,81kcal	2,23g	7,16g	64,81g	0,00g	1,01g	0,02g
<b>Gulyás leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, Köménymag, rólt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	190,63kcal	12,52g	7,24g	17,61g	0,00g	0,14g	0,03g
<b>Hagymás burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	194,32kcal	4,14g	3,87g	35,46g	0,00g	0,34g	0,05g
<b>Házi pulykahúskrém</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin csészés 20%, Pulykacomb felső filé, Só (jódozott)	53,66kcal	3,18g	4,22g	0,06g	0,00g	0,50g	0,35g
<b>Hentes sertés szelet (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, rólt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	186,10kcal	19,47g	9,93g	3,18g	0,00g	0,99g	0,74g
<b>Húsgombóc sült</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rólt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	220,34kcal	9,90g	13,88g	12,07g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Joghurt</b> Összetétel: Joghurt(natúr)	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	0,00g	0,15g	3,60g
<b>Káposzta-pritamin saláta</b> Összetétel: Bioecet, Fagy. pritamin paprika, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só (jódozott)	38,65kcal	0,83g	0,17g	8,33g	5,00g	0,10g	0,00g
<b>Karalábé leves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	76,39kcal	2,25g	1,36g	13,50g	0,00g	0,53g	0,02g
<b>Kefír</b> Összetétel: Kefír	91,50kcal	4,50g	5,25g	6,75g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Kenyér (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kenyér	175,50kcal	5,40g	3,15g	37,35g	0,00g	0,27g	0,00g
<b>Kenyér (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kenyér	156,00kcal	4,80g	2,80g	33,20g	0,00g	0,24g	0,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Kifli (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	129,00kcal	4,50g	0,50g	27,00g	0,00g	0,28g	0,00g
<b>Köles párolt zöldséggel</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínycenc zöldség, Köles, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	287,24kcal	7,94g	8,12g	42,89g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Körözött 'házi'</b> Összetétel: Csemege paprika, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsiros), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	29,94kcal	2,88g	1,56g	0,86g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Körte</b> Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Lebbencs leves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	113,51kcal	1,65g	3,96g	17,28g	0,00g	0,56g	0,40g
<b>Mákos metélt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Mák, Porcukor, Só (jódozott)	400,04kcal	3,88g	10,39g	71,42g	16,00g	0,99g	0,00g
<b>Meggykompót</b> Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Szegf szeg	85,29kcal	0,73g	0,19g	20,15g	10,00g	0,00g	0,00g
<b>Milánói makaróni</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Femini tészta, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, rölt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), S rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	476,10kcal	12,98g	18,84g	61,56g	6,00g	0,53g	0,03g
<b>Mini dzsem</b> Összetétel: Dzsem 'sárgabarack'	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
<b>Mini méz</b> Összetétel: Miniméz 20gr/db	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
<b>Molnárka (allergénmentes)</b> Összetétel: Molnárka allerg.mentes 50g	181,50kcal	5,00g	3,50g	32,00g	0,00g	0,16g	0,00g
<b>Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes)</b> Összetétel: Csirke comb fels 'filé', Étélízésít só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, Rizsliszt, Só (jódozott)	211,63kcal	17,13g	13,67g	1,61g	0,17g	0,74g	0,00g
<b>Mustáros sertésszelet (diéta)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, rölt fekete bors, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	187,60kcal	17,30g	11,57g	1,32g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Orsó tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	231,56kcal	0,60g	2,44g	51,60g	0,00g	0,50g	0,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>szibarack</b> Összetétel: szibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>szibarack leves tejfölös</b> Összetétel: Fagy. szibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf szeg, Tejföl 5/1 12%	106,39kcal	1,55g	0,30g	24,29g	10,00g	0,10g	0,00g
<b>szibarack rostoslé (dobozos)</b> Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% szib.-alma	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
<b>Pápai sonka (diéta)</b> Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
<b>Paradicsom leves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Femini levestészták, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), S rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	128,97kcal	1,84g	3,11g	22,40g	10,00g	0,14g	0,03g
<b>Paradicsom mártás</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), S rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	130,44kcal	3,28g	2,32g	23,35g	8,00g	0,17g	0,06g
<b>Paradicsomos harcsapástétom</b> Összetétel: Harcsapástétom paradicsomos 30g	21,60kcal	1,80g	1,50g	0,30g	0,00g	0,06g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	287,10kcal	4,47g	7,73g	46,79g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	134,27kcal	2,24g	2,94g	23,40g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Párolt zöldségek ínyc</b> Összetétel: Fagy. ínyc zöldség, Liga margarin kocka, Só (jódozott)	63,52kcal	3,20g	1,20g	9,60g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Petrezselymes burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya	228,55kcal	4,06g	7,54g	34,84g	0,00g	0,54g	0,05g
<b>Petrezselymes rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	326,80kcal	4,56g	11,41g	47,29g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Petrezselymes túrókrém</b> Összetétel: Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	29,21kcal	2,60g	1,65g	0,76g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Poharas tej</b> Összetétel: Poharas tej 0,2L	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g



## Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Pulykaragu</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, rölt fekete bors, Pulykacomb fels	172,56kcal	17,32g	9,25g	3,50g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Ráma margarin 10g</b> Összetétel: Minimarg.Ráma 10gr	57,40kcal	0,00g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Rizsleves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	55,94kcal	1,47g	1,21g	9,54g	0,00g	0,55g	0,02g
<b>Rostonhal zöldf szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricaliszt, Oregánó, rölt fekete bors, Só (jódozott)	222,34kcal	12,67g	14,30g	6,63g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Rostos almálé</b> Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% alma	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
<b>Sajtszórat</b> Összetétel: Sajt(Trappista)	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
<b>Sárgaborsókrémleves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sárgaborsó, Só (jódozott), Vöröshagyma	148,69kcal	6,47g	2,49g	23,93g	0,00g	1,01g	0,01g
<b>Sárgarépa</b> Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Sárgarépa felzék</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. petr.zöld, Fagy. sárgarépa, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%)	195,70kcal	4,56g	4,67g	31,87g	7,00g	0,89g	0,00g
<b>Spagetti</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini spagetti, Só (jódozott)	235,44kcal	2,40g	3,96g	46,20g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Sült csirkecomb</b> Összetétel: Csirke comb fels 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott)	181,76kcal	25,08g	8,08g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Sült hal</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricadara, rölt fekete bors, Só (jódozott)	154,50kcal	12,36g	8,66g	4,22g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Sült pulyka zöldf szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Oregánó, rölt fekete bors, Pulykacomb fels filé, Só (jódozott), Vöröshagyma	177,76kcal	17,02g	11,05g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Szarvacskas tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	268,68kcal	0,60g	6,12g	51,60g	0,00g	0,50g	0,00g

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Tarhonyaleves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tarhonya, Fokhagyma, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	104,83kcal	1,79g	3,19g	16,49g	0,00g	0,54g	0,03g
<b>Tarhonyás sertéshús</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tarhonya, Fokhagyma, rólt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	424,86kcal	20,12g	13,29g	53,12g	0,00g	0,50g	0,02g
<b>Tárkonyos csirkeraguleves</b> Összetétel: Csirke comb felső 'filé', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rólt fekete bors, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	121,32kcal	11,24g	4,68g	7,59g	0,00g	7,96g	0,01g
<b>Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes)</b> Összetétel: Tauris zöldséges felvágott all.mentes	34,40kcal	1,91g	2,76g	0,43g	0,05g	0,36g	1,04g
<b>Tavaszileves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Femini levestészták, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	114,86kcal	2,99g	5,05g	13,20g	0,00g	0,22g	0,01g
<b>Tea citromos</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafé (fekete tea)	21,50kcal	0,02g	0,01g	5,19g	5,00g	0,00g	0,00g
<b>Tea csipkebogyó</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	21,00kcal	0,01g	0,00g	5,12g	5,00g	0,00g	0,00g
<b>Tej</b> Összetétel: Tej 5/1 (1,5%)	100,00kcal	6,80g	3,00g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Tejfölös túró (házi)</b> Összetétel: Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	29,15kcal	2,60g	1,65g	0,76g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Toast sonkás felvágott (diéta)</b> Összetétel: Tauris toast sonkás szelet all.mentes	48,00kcal	3,00g	4,00g	0,00g	0,00g	0,32g	0,00g
<b>Tökfőzelék tejfölös</b> Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	161,77kcal	2,84g	5,61g	23,32g	3,00g	0,20g	0,00g
<b>Trappista sajt</b> Összetétel: Sajt(Trappista)	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,32g	3,00g
<b>Túrós tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	313,58kcal	8,90g	6,66g	53,69g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Uborka</b> Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Alma</b> Összetétel: Alma/ldared	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Almaleves (tejmentes)</b> Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf. szeg	87,21kcal	0,75g	0,42g	20,68g	10,00g	0,10g	0,00g
<b>Bakonyi sertéstokány</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	130,51kcal	13,47g	6,32g	3,78g	0,00g	0,51g	0,19g
<b>Banán</b> Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Baromfi párizsi (diéta)</b> Összetétel: Csirkejő Baromfi Rúd all.mentes	42,20kcal	2,00g	3,80g	0,40g	0,18g	0,42g	0,00g
<b>Brassói aprópecsenye</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	152,92kcal	16,93g	8,33g	1,13g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Bugaci sertés szelet</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	182,71kcal	17,31g	10,22g	3,84g	0,00g	0,54g	0,75g
<b>Burgonyaleves (tejmentes)</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Rizsliszt, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	101,86kcal	2,33g	2,14g	18,04g	0,00g	0,54g	0,03g
<b>Burgonyapüré natur</b> Összetétel: Só (jódozott), Tisztított burgonya	154,00kcal	4,04g	0,18g	34,80g	0,00g	0,34g	0,05g
<b>Citromos pulykaragu leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rölt fekete bors, Pulykacomb fels. filé, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	137,00kcal	11,23g	6,64g	6,84g	0,00g	0,21g	0,01g
<b>Csemege uborka</b> Összetétel: Csemege uborka	12,00kcal	0,54g	0,00g	1,26g	0,00g	0,96g	0,00g
<b>Csirkemájkrém 30g</b> Összetétel: Csirke májaskrém 30g 'Eurofood'	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
<b>Csirkepörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirke comb fels. 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, rölt fekete bors, Só (jódozott), Vöröshagyma	207,59kcal	19,24g	12,16g	2,26g	0,00g	0,20g	0,01g
<b>Csontleves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só (jódozott), Vöröshagyma	65,64kcal	1,08g	2,17g	9,93g	0,00g	0,13g	0,02g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>F tt burgonya</b> Összetétel: Só (jódozott), Tisztított burgonya	77,00kcal	2,02g	0,09g	17,40g	0,00g	0,12g	0,03g
<b>F tt virsli (diéta)</b> Összetétel: Virsli Kométa Vendégház	133,20kcal	7,20g	10,80g	1,20g	0,00g	0,90g	0,00g
<b>Gomba leves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	82,71kcal	2,44g	2,22g	12,43g	0,00g	0,23g	0,02g
<b>Gránátos kocka</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, rőlt fekete bors, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	337,81kcal	2,23g	7,16g	64,81g	0,00g	1,01g	0,02g
<b>Gulyás leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, Köménymag, rőlt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	190,63kcal	12,52g	7,24g	17,61g	0,00g	0,14g	0,03g
<b>Hagymás burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	194,32kcal	4,14g	3,87g	35,46g	0,00g	0,34g	0,05g
<b>Házi pulykahúskrém</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin csészés 20%, Pulykacomb felső filé, Só (jódozott)	53,66kcal	3,18g	4,22g	0,06g	0,00g	0,50g	0,35g
<b>Házi zöldséges sertéshúskrém (tejmentes)</b> Összetétel: Liga margarin kocka, Petrezselyem zöld, Sertés comb/csn., Só (jódozott)	41,46kcal	4,20g	2,62g	0,08g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Hentes sertés szelet (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, rőlt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	186,10kcal	19,47g	9,93g	3,18g	0,00g	0,99g	0,74g
<b>Húsgombóc sült</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	220,34kcal	9,90g	13,88g	12,07g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Káposzta-pritamin saláta</b> Összetétel: Bioecet, Fagy. pritamin paprika, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só (jódozott)	38,65kcal	0,83g	0,17g	8,33g	5,00g	0,10g	0,00g
<b>Káposztás kocka (tojásmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Femini tészta, Kristálycukor, rőlt fekete bors, Só (jódozott)	308,81kcal	2,21g	6,32g	59,33g	2,00g	0,50g	0,00g
<b>Karalábé leves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	76,39kcal	2,25g	1,36g	13,50g	0,00g	0,53g	0,02g
<b>Kárpát szalámi (diéta)</b> Összetétel: Tauris Kárpát szalámi all.mentes	106,40kcal	5,00g	9,20g	0,00g	0,00g	0,66g	0,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Kenyér (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kenyér	175,50kcal	5,40g	3,15g	37,35g	0,00g	0,27g	0,00g
<b>Kenyér (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kenyér	156,00kcal	4,80g	2,80g	33,20g	0,00g	0,24g	0,00g
<b>Kifli (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	129,00kcal	4,50g	0,50g	27,00g	0,00g	0,28g	0,00g
<b>Köles párolt zöldséggel</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínycsöveg zöldség, Köles, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	287,24kcal	7,94g	8,12g	42,89g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Körte</b> Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Lebbencs leves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	113,51kcal	1,65g	3,96g	17,28g	0,00g	0,56g	0,40g
<b>Mákos metélt</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Mák, Porcukor, Só (jódozott)	400,04kcal	3,88g	10,39g	71,42g	16,00g	0,99g	0,00g
<b>Meggykompót</b> Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Szegf. szeg	85,29kcal	0,73g	0,19g	20,15g	10,00g	0,00g	0,00g
<b>Milánói makaróni</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Femini tészta, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, rőlt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), S. rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	476,10kcal	12,98g	18,84g	61,56g	6,00g	0,53g	0,03g
<b>Mini dzsem</b> Összetétel: Dzsem 'sárgabarack'	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
<b>Mini méz</b> Összetétel: Miniméz 20gr/db	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
<b>Molnárka (allergénmentes)</b> Összetétel: Molnárka allerg.mentes 50g	181,50kcal	5,00g	3,50g	32,00g	0,00g	0,16g	0,00g
<b>Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes)</b> Összetétel: Csirke comb fels. 'filé', Étélizésít. só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, Rizsliszt, Só (jódozott)	211,63kcal	17,13g	13,67g	1,61g	0,17g	0,74g	0,00g
<b>Mustáros sertésszelet (diéta)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, rőlt fekete bors, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	187,60kcal	17,30g	11,57g	1,32g	0,00g	0,20g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Orsó tészta</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	231,56kcal	0,60g	2,44g	51,60g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>szibarack</b> Összetétel: szibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>szibarack leves (tejmentes)</b> Összetétel: Fagy. szibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf szeg	103,55kcal	1,48g	0,06g	24,21g	10,00g	0,10g	0,00g
<b>szibarack rostoslé (dobozos)</b> Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% szib.-alma	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
<b>Pápai sonka (diéta)</b> Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
<b>Paradicsom leves</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Femini levestészták, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), S rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	128,97kcal	1,84g	3,11g	22,40g	10,00g	0,14g	0,03g
<b>Paradicsom mártás</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), S rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	130,44kcal	3,28g	2,32g	23,35g	8,00g	0,17g	0,06g
<b>Paradicsomos harcsapástétom</b> Összetétel: Harcsapástétom paradicsomos 30g	21,60kcal	1,80g	1,50g	0,30g	0,00g	0,06g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	287,10kcal	4,47g	7,73g	46,79g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	134,27kcal	2,24g	2,94g	23,40g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Párolt zöldségek ínyc</b> Összetétel: Fagy. ínyc zöldség, Liga margarin kocka, Só (jódozott)	63,52kcal	3,20g	1,20g	9,60g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Petrezselymes burgonya</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya	228,55kcal	4,06g	7,54g	34,84g	0,00g	0,54g	0,05g
<b>Petrezselymes rizs</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	326,80kcal	4,56g	11,41g	47,29g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Pulykaragu</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. pítamin paprika, Fokhagyma, rölt fekete bors, Pulykacomb fels filé, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	172,56kcal	17,32g	9,25g	3,50g	0,00g	0,50g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Ráma margarin 10g</b> Összetétel: Minimarg.Ráma 10gr	57,40kcal	0,00g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Rizsleves</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	55,94kcal	1,47g	1,21g	9,54g	0,00g	0,55g	0,02g
<b>Rizstej</b> Összetétel: Rizstej	120,00kcal	10,00g	28,00g	24,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Rostonhal zöldf. szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étőlaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricaliszt, Oregánó, rölt fekete bors, Só (jódozott)	222,34kcal	12,67g	14,30g	6,63g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Rostos almálé</b> Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% alma	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
<b>Sárgaborsókrémleves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sárgaborsó, Só (jódozott), Vöröshagyma	148,69kcal	6,47g	2,49g	23,93g	0,00g	1,01g	0,01g
<b>Sárgarépa</b> Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Sárgarépa zelék (tejmentes)</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. petr.zöld, Fagy. sárgarépa, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott)	195,70kcal	3,20g	4,07g	34,75g	12,00g	0,89g	0,00g
<b>Spagetti</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Femini spagetti, Só (jódozott)	235,44kcal	2,40g	3,96g	46,20g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Sült csirkecomb</b> Összetétel: Csirke comb fels. 'csontos', Étőlaj 'napraforgó', Só (jódozott)	181,76kcal	25,08g	8,08g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Sült hal</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricadara, rölt fekete bors, Só (jódozott)	154,50kcal	12,36g	8,66g	4,22g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Sült pulyka zöldf. szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étőlaj 'napraforgó', Fokhagyma, Oregánó, rölt fekete bors, Pulykacomb fels. filé, Só (jódozott), Vöröshagyma	177,76kcal	17,02g	11,05g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Szarvacskas tészta</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	268,68kcal	0,60g	6,12g	51,60g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Tarhonyaleves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tarhonya, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	104,83kcal	1,79g	3,19g	16,49g	0,00g	0,54g	0,03g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Tarhonyás sertéshús</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tarhonya, Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	424,86kcal	20,12g	13,29g	53,12g	0,00g	0,50g	0,02g
<b>Tárkonyos csirkeraguleves</b> Összetétel: Csirke comb felső 'filé', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	121,32kcal	11,24g	4,68g	7,59g	0,00g	7,96g	0,01g
<b>Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes)</b> Összetétel: Tauris zöldséges felvágott all.mentes	34,40kcal	1,91g	2,76g	0,43g	0,05g	0,36g	1,04g
<b>Tavaszi leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Femini levestészták, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	114,86kcal	2,99g	5,05g	13,20g	0,00g	0,22g	0,01g
<b>Tea citromos</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teaf (fekete tea)	21,50kcal	0,02g	0,01g	5,19g	5,00g	0,00g	0,00g
<b>Tea csipkebogyó</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	21,00kcal	0,01g	0,00g	5,12g	5,00g	0,00g	0,00g
<b>Toast sonkás felvágott (diéta)</b> Összetétel: Tauris toast sonkás szelet all.mentes	48,00kcal	3,00g	4,00g	0,00g	0,00g	0,32g	0,00g
<b>Tökf zelék (tejmentes)</b> Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	153,25kcal	2,63g	4,89g	23,08g	3,00g	0,20g	0,00g
<b>Uborka</b> Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Uborkasaláta</b> Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só (jódozott)	48,10kcal	0,60g	0,06g	11,02g	10,00g	0,50g	0,00g
<b>Vadas sertésszelet (tejmentes)</b> Összetétel: Babérlevél, Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Mustár E-mentes Univer, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	203,99kcal	17,46g	12,38g	3,13g	0,00g	0,51g	0,00g
<b>Vagdalt pogácsa burgonyás</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	259,24kcal	11,50g	19,01g	8,04g	0,00g	0,50g	0,01g
<b>Zellerkrémleves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Femini levestészták, rölt fekete bors, Rizsliszt, Rizstej, Só (jódozott)	66,82kcal	2,02g	2,53g	10,09g	0,00g	0,27g	0,01g
<b>Zöldbab leves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Femini levestészták, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	99,42kcal	3,29g	1,55g	19,36g	0,00g	0,53g	0,02g



## Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Zöldbabfőzelék (tejmentes)</b> Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	127,67kcal	4,16g	4,19g	20,33g	2,00g	0,20g	0,00g
<b>Zöldborsó leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	83,07kcal	3,54g	1,37g	14,07g	0,00g	0,53g	0,02g
<b>Zöldborsófőzelék (tejmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. petr.zöld, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott)	223,53kcal	8,77g	4,30g	36,72g	8,00g	0,50g	0,00g
<b>Zöldfőszertes harcsapástétom</b> Összetétel: Harcsapástétom zöldfőszertes 30g	21,60kcal	1,80g	1,50g	0,30g	0,00g	0,06g	0,00g
<b>Zöldpaprika</b> Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Zöldségleves (lisztmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Só (jódozott), Vöröshagyma	52,76kcal	1,23g	1,23g	8,94g	0,00g	0,53g	0,02g
<b>Zsemle (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes zsemle	134,16kcal	4,68g	0,52g	28,08g	0,00g	0,29g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Alma</b> Összetétel: Alma/ldared	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Almaleves (lisztmentes,tejfőlös)</b> Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf. szeg, Tejföl 5/1 12%	88,62kcal	0,79g	0,66g	20,45g	10,00g	0,10g	0,00g
<b>Bakonyi sertéstokány</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	130,51kcal	13,47g	6,32g	3,78g	0,00g	0,51g	0,19g
<b>Banán</b> Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Brassói aprópecsenye</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	152,92kcal	16,93g	8,33g	1,13g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Bugaci sertés szelet (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	182,71kcal	17,31g	10,22g	3,84g	0,00g	0,54g	0,75g
<b>Burgonyaleves (tejmentes)</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Rizsliszt, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	101,86kcal	2,33g	2,14g	18,04g	0,00g	0,54g	0,03g
<b>Burgonyapüré tejjel</b> Összetétel: Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%), Tisztított burgonya	153,60kcal	4,66g	0,61g	32,91g	0,00g	0,33g	0,05g
<b>Citromos pulykaragu leves (lisztmentes)</b> Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rölt fekete bors, Pulykacomb fels. filé, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	138,44kcal	11,31g	6,67g	7,10g	0,00g	0,22g	0,01g
<b>Csemege uborka</b> Összetétel: Csemege uborka	12,00kcal	0,54g	0,00g	1,26g	0,00g	0,96g	0,00g
<b>Csirke májkrém 30g</b> Összetétel: Csirke májaskrém 30g 'Eurofood'	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
<b>Csirkepörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirke comb fels. 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, rölt fekete bors, Só (jódozott), Vöröshagyma	207,59kcal	19,24g	12,16g	2,26g	0,00g	0,20g	0,01g
<b>Csontleves (lisztmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só (jódozott), Vöröshagyma	57,88kcal	0,98g	2,13g	8,20g	0,00g	0,14g	0,02g
<b>Főtt burgonya</b> Összetétel: Só (jódozott), Tisztított burgonya	77,00kcal	2,02g	0,09g	17,40g	0,00g	0,12g	0,03g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Fitt virsli (diéta)</b> Összetétel: Virsli Kométa Vendégház	133,20kcal	7,20g	10,80g	1,20g	0,00g	0,90g	0,00g
<b>Gomba leves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	82,71kcal	2,44g	2,22g	12,43g	0,00g	0,23g	0,02g
<b>Gránátos kocka (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, rólt fekete bors, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	337,52kcal	2,22g	7,15g	64,78g	0,00g	1,50g	0,02g
<b>Gulyásleves (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, Köménymag, rólt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	205,53kcal	12,32g	9,93g	14,76g	0,00g	0,14g	0,03g
<b>Hagymás burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	194,32kcal	4,14g	3,87g	35,46g	0,00g	0,34g	0,05g
<b>Házi pulykahúskrém</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin csészés 20%, Pulykacomb felső filé, Só (jódozott)	53,66kcal	3,18g	4,22g	0,06g	0,00g	0,50g	0,35g
<b>Hentes sertés szelet (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, rólt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	186,10kcal	19,47g	9,93g	3,18g	0,00g	0,99g	0,74g
<b>Húsgombóc sült</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rólt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	220,34kcal	9,90g	13,88g	12,07g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Joghurt</b> Összetétel: Joghurt(natúr)	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	0,00g	0,15g	3,60g
<b>Káposzta-pritamin saláta</b> Összetétel: Bioecet, Fagy. pritamin paprika, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só (jódozott)	38,65kcal	0,83g	0,17g	8,33g	5,00g	0,10g	0,00g
<b>Karalábé leves (lisztmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	101,87kcal	2,33g	3,24g	15,04g	0,00g	0,53g	0,02g
<b>Kárpát szalámi (diéta)</b> Összetétel: Tauris Kárpát szalámi all.mentes	106,40kcal	5,00g	9,20g	0,00g	0,00g	0,66g	0,00g
<b>Kefír</b> Összetétel: Kefír	91,50kcal	4,50g	5,25g	6,75g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Kenyér (gluteinmentes)</b> Összetétel: Élesztő, Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes kenyérliszt Mester, Só (jódozott)	133,86kcal	0,27g	4,62g	21,53g	0,00g	0,23g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Időszak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Köles párolt zöldséggel</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. ínycenc zöldség, Köles, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	287,24kcal	7,94g	8,12g	42,89g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Körtészta (gluténmentes)</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	259,40kcal	0,60g	5,20g	51,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Körözött 'házi'</b> Összetétel: Csemege paprika, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsiros), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	29,94kcal	2,88g	1,56g	0,86g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Körte</b> Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Lebbencs leves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	113,51kcal	1,65g	3,96g	17,28g	0,00g	0,56g	0,40g
<b>Mákos metélt (lisztmentes)</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Femini tészta, Mák, Porcukor, Só (jódozott)	418,60kcal	3,88g	12,23g	71,42g	16,00g	1,49g	0,00g
<b>Medvehagymás kenyér (gluténmentes)</b> Összetétel: Élesztő, Étőlaj 'napraforgó', Gluténmentes kenyérliszt Mester, Só (jódozott), Száritott medvehagyma	133,86kcal	0,27g	4,62g	21,53g	0,00g	0,13g	0,00g
<b>Meggykompót</b> Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Szegf. szeg	85,29kcal	0,73g	0,19g	20,15g	10,00g	0,00g	0,00g
<b>Milánói makaróni (lisztmentes)</b> Összetétel: Bazsalikom, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Femini tészta, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, rölt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), S. rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	476,10kcal	12,98g	18,84g	61,56g	6,00g	0,53g	0,03g
<b>Mini dzsem</b> Összetétel: Dzsem 'sárgabarack'	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
<b>Mini méz</b> Összetétel: Miniméz 20gr/db	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
<b>Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes)</b> Összetétel: Csirke comb fels. 'filé', Étélízésítő só mentes / Pamol, Étőlaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, Rizsliszt, Só (jódozott)	211,63kcal	17,13g	13,67g	1,61g	0,17g	0,74g	0,00g
<b>Mustáros sertésszelet (diéta)</b> Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, rölt fekete bors, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	187,60kcal	17,30g	11,57g	1,32g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>szibarack</b> Összetétel: szibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>szibarack rostoslé (dobozos)</b> Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% szib.-alma	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
<b>szibarackleves tejjel (lisztmentes)</b> Összetétel: Fagy. szibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf szeg, Tejföl 5/1 12%	104,95kcal	1,52g	0,29g	23,97g	10,00g	0,10g	0,00g
<b>Pápai sonka (diéta)</b> Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
<b>Paradicsom leves (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Fagy. zeller kocka, Femini levestészták, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), S rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	104,22kcal	1,92g	0,37g	23,00g	10,00g	0,14g	0,03g
<b>Paradicsom mártás (lisztmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), S rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	139,06kcal	3,45g	2,34g	25,25g	8,00g	0,17g	0,06g
<b>Paradicsomos harcsapástétom</b> Összetétel: Harcsapástétom paradicsomos 30g	21,60kcal	1,80g	1,50g	0,30g	0,00g	0,06g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	287,10kcal	4,47g	7,73g	46,79g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	134,27kcal	2,24g	2,94g	23,40g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Párolt zöldségek ínyc</b> Összetétel: Fagy. ínyc zöldség, Liga margarin kocka, Só (jódozott)	63,52kcal	3,20g	1,20g	9,60g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Petrezselymes burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya	228,55kcal	4,06g	7,54g	34,84g	0,00g	0,54g	0,05g
<b>Petrezselymes rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	326,80kcal	4,56g	11,41g	47,29g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Petrezselymes túrókrém</b> Összetétel: Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	29,21kcal	2,60g	1,65g	0,76g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Poharas tej</b> Összetétel: Poharas tej 0,2L	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Pulykaragu</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. prítamin paprika, Fokhagyma, rölt fekete bors, Pulykacomb fels filé, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	172,56kcal	17,32g	9,25g	3,50g	0,00g	0,50g	0,00g

## Étlap melléklet

*Az "Étlap melléklet"-enszerepl információ tájékoztató jellegű információ!*

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Ráma margarin 10g</b> Összetétel: Minimarg.Ráma 10gr	57,40kcal	0,00g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Rizsleves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	55,94kcal	1,47g	1,21g	9,54g	0,00g	0,55g	0,02g
<b>Rostonhal zöldf szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricaliszt, Oregánó, rölt fekete bors, Só (jódozott)	222,34kcal	12,67g	14,30g	6,63g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Rostos almálé</b> Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% alma	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
<b>Sajtszórát</b> Összetétel: Sajt(Trappista)	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
<b>Sárgaborsókrémleves (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sárgaborsó, Só (jódozott), Vöröshagyma	153,97kcal	6,42g	3,41g	23,02g	0,00g	1,01g	0,01g
<b>Sárgarépa</b> Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Sárgarépa felé (lisztmentes,tejel)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. petr.zöld, Fagy. sárgarépa, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%)	217,24kcal	4,98g	4,73g	36,61g	7,00g	0,89g	0,00g
<b>Spagetti</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini spagetti, Só (jódozott)	235,44kcal	2,40g	3,96g	46,20g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Sült csirkecomb</b> Összetétel: Csirke comb fels 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott)	181,76kcal	25,08g	8,08g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Sült hal</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricadara, rölt fekete bors, Só (jódozott)	154,50kcal	12,36g	8,66g	4,22g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Sült pulyka zöldf szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Oregánó, rölt fekete bors, Pulykacomb fels filé, Só (jódozott), Vöröshagyma	177,76kcal	17,02g	11,05g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Szarvacskas tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	268,68kcal	0,60g	6,12g	51,60g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Tarhonyaleves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tarhonya, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	104,83kcal	1,79g	3,19g	16,49g	0,00g	0,54g	0,03g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Tarhonyás sertéshús (lisztmentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	290,84kcal	12,15g	10,00g	36,12g	0,00g	0,51g	0,02g
<b>Tárkonyos csirke raguleves (gluténmentes)</b> Összetétel: Csirke comb felső 'filé', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	124,06kcal	11,33g	4,69g	8,14g	0,00g	1,02g	0,01g
<b>Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes)</b> Összetétel: Tauris zöldséges felvágott all.mentes	34,40kcal	1,91g	2,76g	0,43g	0,05g	0,36g	1,04g
<b>Tavaszi leves (lisztmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	91,44kcal	1,28g	4,92g	9,21g	0,00g	0,22g	0,01g
<b>Tea citromos</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teaf (fekete tea)	21,50kcal	0,02g	0,01g	5,19g	5,00g	0,00g	0,00g
<b>Tea csipkebogyó</b> Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	21,00kcal	0,01g	0,00g	5,12g	5,00g	0,00g	0,00g
<b>Tej</b> Összetétel: Tej 5/1 (1,5%)	100,00kcal	6,80g	3,00g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Tejfölös túró (házi)</b> Összetétel: Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	29,15kcal	2,60g	1,65g	0,76g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Toast sonkás felvágott (diéta)</b> Összetétel: Tauris toast sonkás szelet all.mentes	48,00kcal	3,00g	4,00g	0,00g	0,00g	0,32g	0,00g
<b>Tökfőzelék tejfölös (lisztmentes)</b> Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	167,16kcal	2,94g	5,63g	24,51g	3,00g	0,20g	0,00g
<b>Trappista sajt</b> Összetétel: Sajt(Trappista)	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,32g	3,00g
<b>Túrós tészta (lisztmentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	308,16kcal	7,28g	6,88g	53,32g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Uborka</b> Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Uborkasaláta</b> Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só (jódozott)	48,10kcal	0,60g	0,06g	11,02g	10,00g	0,50g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Vadas sertésszelet</b>	215,37kcal	17,65g	13,40g	3,41g	0,00g	0,52g	0,00g
Összetétel: Babérlevél, Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Mustár E-mentes Univer, rőlt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Tejfől 5/1 12%, Vöröshagyma							
<b>Vagdalt pogácsa (lisztmentes)</b>	212,84kcal	11,50g	14,41g	8,04g	0,00g	0,21g	0,01g
Összetétel: Csemege paprika, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma							
<b>Vitelma</b>	22,60kcal	0,00g	2,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Minimarg.Vitelma 10gr							
<b>Zellerkrémleves</b>	66,82kcal	2,02g	2,53g	10,09g	0,00g	0,27g	0,01g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Rizsliszt, Rizstej, Só (jódozott)							
<b>Zöldbab leves (gluténmentes)</b>	105,99kcal	3,10g	3,33g	16,71g	0,00g	0,53g	0,02g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Femini levestészták, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma							
<b>Zöldbabf zelék tejjel (lisztmentes)</b>	148,34kcal	4,59g	4,71g	23,81g	2,00g	0,20g	0,00g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejfől 5/1 12%, Vöröshagyma							
<b>Zöldborsó leves (lisztmentes)</b>	73,39kcal	3,53g	0,44g	13,99g	0,00g	0,53g	0,02g
Összetétel: Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma							
<b>Zöldborsóf zelék (tej-, lisztmentes)</b>	221,41kcal	8,71g	4,29g	36,27g	8,00g	0,50g	0,00g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott)							
<b>Zöldf szeres harcsapástétom</b>	21,60kcal	1,80g	1,50g	0,30g	0,00g	0,06g	0,00g
Összetétel: Harcsapástétom zöldf szeres 30g							
<b>Zöldpaprika</b>	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							
<b>Zöldségleves (lisztmentes)</b>	52,76kcal	1,23g	1,23g	8,94g	0,00g	0,53g	0,02g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Só (jódozott), Vöröshagyma							



## Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Alma</b> Összetétel: Alma/Idared	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Almaleves (cukormentes)</b> Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf szeg, Tejföl 5/1 12%	37,13kcal	0,57g	0,63g	7,92g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Bakonyi sertéstokány</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	130,51kcal	13,47g	6,32g	3,78g	0,00g	0,51g	0,19g
<b>Baromfi párizsi (diéta)</b> Összetétel: Csirkejő Baromfi Rúd all.mentes	42,20kcal	2,00g	3,80g	0,40g	0,18g	0,42g	0,00g
<b>Brassói aprópecsenye</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	152,92kcal	16,93g	8,33g	1,13g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Bugaci sertés szelet</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	182,71kcal	17,31g	10,22g	3,84g	0,00g	0,54g	0,75g
<b>Burgonyaleves (tejmentes)</b> Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Rizsliszt, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	101,86kcal	2,33g	2,14g	18,04g	0,00g	0,54g	0,03g
<b>Burgonyapüré tejjel</b> Összetétel: Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%), Tisztított burgonya	153,60kcal	4,66g	0,61g	32,91g	0,00g	0,33g	0,05g
<b>Citromos pulykaragu leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rölt fekete bors, Pulykacomb fels filé, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	137,00kcal	11,23g	6,64g	6,84g	0,00g	0,21g	0,01g
<b>Csirkemájkrém 30g</b> Összetétel: Csirke májaskrém 30g 'Eurofood'	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
<b>Csirkepörkölt</b> Összetétel: Csemege paprika, Csirke comb fels 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, rölt fekete bors, Só (jódozott), Vöröshagyma	207,59kcal	19,24g	12,16g	2,26g	0,00g	0,20g	0,01g
<b>Csontleves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só (jódozott), Vöröshagyma	65,64kcal	1,08g	2,17g	9,93g	0,00g	0,13g	0,02g
<b>Dzsem (diabetikus)</b> Összetétel: Diab.dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>F tt burgonya</b> Összetétel: Só (jódozott), Tisztított burgonya	77,00kcal	2,02g	0,09g	17,40g	0,00g	0,12g	0,03g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>F tt tojás</b> Összetétel: Tojás	85,00kcal	6,75g	6,00g	0,30g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>F tt virsli (diéta)</b> Összetétel: Virsli Kométa Vendégház	133,20kcal	7,20g	10,80g	1,20g	0,00g	0,90g	0,00g
<b>Gépsonka (diéta)</b> Összetétel: Tauris gépsonka all.mentes	48,00kcal	3,00g	4,00g	0,00g	0,00g	0,52g	0,00g
<b>Gomba leves tejfölös</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	94,93kcal	2,77g	3,41g	12,38g	0,00g	0,24g	0,02g
<b>Gránátos kocka</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, rőlt fekete bors, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	337,81kcal	2,23g	7,16g	64,81g	0,00g	1,01g	0,02g
<b>Gulyás leves sertéshússal</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, Köménymag, rőlt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	185,19kcal	10,15g	9,08g	13,90g	0,00g	0,14g	0,03g
<b>Hagymás burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	194,32kcal	4,14g	3,87g	35,46g	0,00g	0,34g	0,05g
<b>Házi pulykahúskrém</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin csészés 20%, Pulykacomb felső filé, Só (jódozott)	53,66kcal	3,18g	4,22g	0,06g	0,00g	0,50g	0,35g
<b>Hentes sertés szelet (líisztmentes)</b> Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, rőlt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	186,10kcal	19,47g	9,93g	3,18g	0,00g	0,99g	0,74g
<b>Húsgombóc sült</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rőlt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	220,34kcal	9,90g	13,88g	12,07g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Joghurt</b> Összetétel: Joghurt(natúr)	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	0,00g	0,15g	3,60g
<b>Káposzta-sárgarépa saláta (cukormentes)</b> Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Polysweet, Sárgarépa, Só (jódozott)	21,86kcal	0,92g	0,15g	3,99g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Káposztás kocka (cukormentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Femini tészta, rőlt fekete bors, Só (jódozott)	300,81kcal	2,21g	6,32g	57,33g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Karalábé leves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	76,39kcal	2,25g	1,36g	13,50g	0,00g	0,53g	0,02g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Kárpát szalámi (diéta)</b> Összetétel: Tauris Kárpát szalámi all.mentes	106,40kcal	5,00g	9,20g	0,00g	0,00g	0,66g	0,00g
<b>Kefír</b> Összetétel: Kefír	91,50kcal	4,50g	5,25g	6,75g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Kenyér (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kenyér	156,00kcal	4,80g	2,80g	33,20g	0,00g	0,24g	0,00g
<b>Kifli (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	129,00kcal	4,50g	0,50g	27,00g	0,00g	0,28g	0,00g
<b>Köles párolt zöldséggel</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínycsok zöldség, Köles, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	287,24kcal	7,94g	8,12g	42,89g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Körözött 'házi'</b> Összetétel: Csemege paprika, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsiros), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	29,94kcal	2,88g	1,56g	0,86g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Körte</b> Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Lebbencs leves</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	113,51kcal	1,65g	3,96g	17,28g	0,00g	0,56g	0,40g
<b>Meggykompót (cukormentes)</b> Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Polysweet, Szegf. szeg	45,30kcal	0,73g	0,19g	10,15g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Milánói makaróni (cukormentes)</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Femini tészta, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), S. rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	424,01kcal	12,97g	16,08g	55,50g	0,00g	0,53g	0,03g
<b>Mustáros csirkecomb (tej-, gluténmentes)</b> Összetétel: Csirke comb fels. 'filé', Étélizésít. só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, Rizsliszt, Só (jódozott)	211,63kcal	17,13g	13,67g	1,61g	0,17g	0,74g	0,00g
<b>Mustáros sertésszelet (diéta)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, rólt fekete bors, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Vöröshagyma	187,60kcal	17,30g	11,57g	1,32g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Narancs</b> Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Orsó tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	231,56kcal	0,60g	2,44g	51,60g	0,00g	0,50g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>szibarack</b> Összetétel: szibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>szibarack leves (cukormentes, tejjel)</b> Összetétel: Fagy. szibarack, Fahéj, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), Szegf. szeg, Tejföl 5/1 12%	58,52kcal	1,35g	0,30g	12,52g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Pápai sonka (diéta)</b> Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
<b>Paradicsom leves (cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Fagy. zeller kocka, Femini levestészták, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), S. rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	61,72kcal	1,87g	0,37g	12,45g	0,00g	0,14g	0,03g
<b>Paradicsom mártás (cukormentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), S. rített paradicsom tart.mentes, Vöröshagyma	85,53kcal	3,03g	2,28g	12,51g	0,00g	0,17g	0,06g
<b>Paradicsomos harcsapástétom</b> Összetétel: Harcsapástétom paradicsomos 30g	21,60kcal	1,80g	1,50g	0,30g	0,00g	0,06g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	287,10kcal	4,47g	7,73g	46,79g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Párolt rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	134,27kcal	2,24g	2,94g	23,40g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Párolt zöldségek ínyc</b> Összetétel: Fagy. ínyc zöldség, Liga margarin kocka, Só (jódozott)	63,52kcal	3,20g	1,20g	9,60g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Petrezselymes burgonya</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya	228,55kcal	4,06g	7,54g	34,84g	0,00g	0,54g	0,05g
<b>Petrezselymes rizs</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	326,80kcal	4,56g	11,41g	47,29g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Petrezselymes túrókrém</b> Összetétel: Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	29,21kcal	2,60g	1,65g	0,76g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Poharas tej</b> Összetétel: Poharas tej 0,2L	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Pulykaragu</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. p.ritamin paprika, Fokhagyma, rölt fekete bors, Pulykacomb fels. filé, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma	172,56kcal	17,32g	9,25g	3,50g	0,00g	0,50g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Ráma margarin 10g</b> Összetétel: Minimarg.Ráma 10gr	57,40kcal	0,00g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Rizsleves</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só (jódozott), Vöröshagyma	55,94kcal	1,47g	1,21g	9,54g	0,00g	0,55g	0,02g
<b>Rostonhal zöldf. szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricaliszt, Oregánó, rölt fekete bors, Só (jódozott)	222,34kcal	12,67g	14,30g	6,63g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Sajtszórat</b> Összetétel: Sajt(Trappista)	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
<b>Sárgaborsókrémleves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rölt fekete bors, Rizsliszt, Sárgaborsó, Só (jódozott), Vöröshagyma	148,69kcal	6,47g	2,49g	23,93g	0,00g	1,01g	0,01g
<b>Sárgarépa</b> Összetétel: Sárgarépa	12,00kcal	0,36g	0,06g	2,43g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Sárgarépa f. zselék (cukormentes, tejes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Petrezselyem zöld, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%)	167,46kcal	4,54g	4,67g	24,83g	0,00g	0,89g	0,00g
<b>Spagetti</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini spagetti, Só (jódozott)	235,44kcal	2,40g	3,96g	46,20g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Sült csirkecomb</b> Összetétel: Csirke comb fels. 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Só (jódozott)	181,76kcal	25,08g	8,08g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Sült hal</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Halfilé(Pangasius), Kukoricadara, rölt fekete bors, Só (jódozott)	154,50kcal	12,36g	8,66g	4,22g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Sült pulyka zöldf. szeres</b> Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Oregánó, rölt fekete bors, Pulykacomb fels. filé, Só (jódozott), Vöröshagyma	177,76kcal	17,02g	11,05g	0,60g	0,00g	0,30g	0,00g
<b>Szarvacskas tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott)	268,68kcal	0,60g	6,12g	51,60g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Tarhonyaleves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini tarhonya, Fokhagyma, rölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma	104,83kcal	1,79g	3,19g	16,49g	0,00g	0,54g	0,03g
<b>Tarhonyás sertéshús (burgonyamentes)</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Femini tarhonya, Fokhagyma, rölt fekete bors, Sertés comb/csn., Só (jódozott), Vöröshagyma	367,16kcal	19,11g	13,07g	40,20g	0,00g	0,50g	0,01g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Tárkonyos csirkeraguleves</b> Összetétel: Csirke comb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rólt fekete bors, Só (jódozott), Tárkony, Vöröshagyma	121,32kcal	11,24g	4,68g	7,59g	0,00g	7,96g	0,01g
<b>Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes)</b> Összetétel: Tauris zöldséges felvágott all.mentes	34,40kcal	1,91g	2,76g	0,43g	0,05g	0,36g	1,04g
<b>Tavaszi leves (tej-, cukormentes)</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Femini levestészták, rólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma	114,86kcal	2,99g	5,05g	13,20g	0,00g	0,22g	0,01g
<b>Tea (diabetikus)</b> Összetétel: Citromlé 40%, Polysweet, Teaf (fekete tea)	1,50kcal	0,02g	0,01g	0,19g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Tea csipkebogyó (diabetikus)</b> Összetétel: Polysweet, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Tej</b> Összetétel: Tej 5/1 (1,5%)	100,00kcal	6,80g	3,00g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Tejfölös túró (házi)</b> Összetétel: Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	29,15kcal	2,60g	1,65g	0,76g	0,00g	0,10g	0,00g
<b>Tejles kiörlés kenyér (adalékmentes)</b> Összetétel: Tejles kiörlés adalékmentes kenyér 0,75	110,40kcal	4,00g	0,80g	21,20g	0,56g	0,21g	0,00g
<b>Toast sonkás felvágott (diéta)</b> Összetétel: Tauris toast sonkás szelet all.mentes	48,00kcal	3,00g	4,00g	0,00g	0,00g	0,32g	0,00g
<b>Tökfőzelék (cukormentes, tejfölös)</b> Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma	149,78kcal	2,84g	5,61g	20,32g	0,00g	0,20g	0,00g
<b>Trappista sajt</b> Összetétel: Sajt(Trappista)	62,80kcal	5,20g	4,60g	0,10g	0,00g	0,32g	3,00g
<b>Túrós tészta</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Femini tészta, Só (jódozott), Tehéntúró(félzsíros), Tejföl 5/1 12%	313,58kcal	8,90g	6,66g	53,69g	0,00g	0,50g	0,00g
<b>Uborka</b> Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
<b>Uborkasaláta (cukormentes)</b> Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Polysweet, Só (jódozott)	8,50kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,50g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Id szak: 2019.09.01.-től 2019.09.30.-ig**

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Vadas sertésszelet</b>	215,37kcal	17,65g	13,40g	3,41g	0,00g	0,52g	0,00g
Összetétel: Babérlevél, Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Mustár E-mentes Univer, rőlt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj/ csn, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma							
<b>Vagdalt (diabetikus)</b>	231,40kcal	11,50g	16,25g	8,04g	0,00g	0,50g	0,01g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, rőlt fekete bors, Sertés lapocka / csn, Só (jódozott), Tisztított burgonya, Vöröshagyma							
<b>Zellerkrémleves</b>	66,82kcal	2,02g	2,53g	10,09g	0,00g	0,27g	0,01g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Rizsliszt, Rizstej, Só (jódozott)							
<b>Zöldbab leves</b>	99,42kcal	3,29g	1,55g	19,36g	0,00g	0,53g	0,02g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Femini levestészták, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só (jódozott), Vöröshagyma							
<b>Zöldbabf zelék (tejfölös,cukormentes)</b>	124,68kcal	4,26g	4,67g	18,37g	0,00g	0,20g	0,00g
Összetétel: Bioacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), Tejföl 5/1 12%, Vöröshagyma							
<b>Zöldborsó leves (tej-, cukormentes)</b>	83,07kcal	3,54g	1,37g	14,07g	0,00g	0,53g	0,02g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Femini levestészták, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma							
<b>Zöldborsóf zelék (cukormentes)</b>	220,01kcal	10,76g	4,94g	32,29g	0,00g	0,50g	0,00g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Polysweet, Rizsliszt, Só (jódozott), Tej 5/1 (1,5%)							
<b>Zöldf szerez harcsapástétom</b>	21,60kcal	1,80g	1,50g	0,30g	0,00g	0,06g	0,00g
Összetétel: Harcsapástétom zöldf szerez 30g							
<b>Zöldpaprika</b>	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							
<b>Zöldségleves (tej-, cukormentes)</b>	61,38kcal	1,47g	1,23g	10,71g	0,00g	0,55g	0,01g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. sárgarépa, Femini levestészták, Fokhagyma, rőlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só (jódozott), Vöröshagyma							