

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.09.30.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; szibarack;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=278,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=39,65g CK=13,65g SÓ=0,55g TZS=2,85g	Iskola: EN=300,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=41,95g CK=15,95g SÓ=0,60g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=322,50kcal FH=13,15g ZS=10,05g SZH=44,25g CK=18,25g SÓ=0,65g TZS=3,75g
KEDD 2024.10.01.	Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásment.; Paradicsom mártás (5)*; F tt burgonya;	Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=242,66kcal FH=13,71g ZS=6,97g SZH=30,64g CK=9,33g SÓ=0,85g TZS=2,56g	Iskola: EN=308,52kcal FH=18,31g ZS=8,63g SZH=38,52g CK=11,65g SÓ=1,04g TZS=3,05g	K.Iskola: EN=414,52kcal FH=25,64g ZS=11,17g SZH=51,47g CK=13,99g SÓ=1,37g TZS=3,58g
SZERDA 2024.10.02.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldf szeres (9)*; Rizi-bizi;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,41g CK=7,15g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SÓ=2,23g TZS=1,31g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.03.	Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Almaleves (tejes) (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Bebo margarin 10g; Uborka;
	Óvoda: EN=145,62kcal FH=5,23g ZS=1,67g SZH=26,51g CK=5,13g SÓ=0,57g TZS=0,16g	Iskola: EN=204,88kcal FH=7,71g ZS=3,45g SZH=34,44g CK=7,17g SÓ=0,71g TZS=0,20g	K.Iskola: EN=275,98kcal FH=10,06g ZS=4,46g SZH=47,19g CK=9,21g SÓ=1,00g TZS=0,28g
PÉNTEK 2024.10.04.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g	Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.09.30.	Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; szibarack;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,85g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SÓ=0,55g TZS=1,05g	Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SÓ=0,60g TZS=1,05g	K.Iskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SÓ=0,65g TZS=1,05g
KEDD 2024.10.01.	Rostos almale; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásment.; Paradicsom mártás (5)*; F tt burgonya;	Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=242,66kcal FH=7,51g ZS=3,97g SZH=30,44g CK=0,13g SÓ=0,65g TZS=0,76g	Iskola: EN=286,52kcal FH=10,56g ZS=4,88g SZH=36,02g CK=0,15g SÓ=0,79g TZS=0,80g	K.Iskola: EN=370,52kcal FH=16,34g ZS=6,67g SZH=46,67g CK=0,19g SÓ=1,07g TZS=0,88g
SZERDA 2024.10.02.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldf szeres (9)*; Rizi-bizi;	Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,41g CK=7,15g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SÓ=2,23g TZS=1,31g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.03.	Tea citromos; F tt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Almaleves 'tejmentes'; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=296,62kcal FH=9,56g ZS=16,42g SZH=26,88g CK=5,19g SÓ=1,88g TZS=5,84g	Iskola: EN=330,08kcal FH=10,30g ZS=16,50g SZH=34,11g CK=7,23g SÓ=2,02g TZS=5,88g	K.Iskola: EN=388,28kcal FH=11,78g ZS=16,66g SZH=46,51g CK=9,27g SÓ=2,30g TZS=5,96g
PÉNTEK 2024.10.04.	Rizstej; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=311,90kcal FH=4,96g ZS=5,82g SZH=61,28g CK=16,50g SÓ=0,76g TZS=0,86g	Iskola: EN=367,00kcal FH=6,20g ZS=6,40g SZH=72,48g CK=16,52g SÓ=0,95g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=447,20kcal FH=8,18g ZS=7,06g SZH=88,88g CK=16,56g SÓ=1,28g TZS=0,98g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.09.30.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Gulyás leves sertéshússal; Kakaós csiga gluténmentes; szibarack;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=582,54kcal FH=50,55g ZS=19,03g SZH=52,87g CK=9,24g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=608,54kcal FH=52,34g ZS=19,84g SZH=55,77g CK=11,54g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 089,58kcal FH=98,00g ZS=33,06g SZH=101,14g CK=13,88g SÓ=7,91g TZS=6,80g
KEDD 2024.10.01.	Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	Karalábé leves 'lisztmentes'; Húsgombóc sült tojásment.; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; F tt burgonya;	Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=599,30kcal FH=54,74g ZS=19,09g SZH=52,61g CK=9,29g SÓ=4,10g TZS=4,10g	Iskola: EN=640,06kcal FH=58,60g ZS=20,67g SZH=55,29g CK=11,59g SÓ=4,15g TZS=4,55g	K.Iskola: EN=1 152,90kcal FH=108,44g ZS=35,49g SZH=100,61g CK=13,93g SÓ=8,00g TZS=6,70g
SZERDA 2024.10.02.	Toast sonkás felvágott (diéta); Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldf szeres (9)*; Rizi-bizi;	Joghurt (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;
	Óvoda: EN=523,02kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=48,48g CK=5,07g SÓ=4,31g TZS=2,53g	Iskola: EN=545,26kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=51,18g CK=7,09g SÓ=4,81g TZS=2,67g	K.Iskola: EN=1 017,42kcal FH=93,13g ZS=29,24g SZH=96,29g CK=9,14g SÓ=8,86g TZS=4,43g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.03.	Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	Almaleves (lisztmentes,tejes) (2)*; Bazsalikom csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;
	Óvoda: EN=502,26kcal FH=46,26g ZS=13,79g SZH=48,48g CK=5,09g SÓ=3,82g TZS=1,70g	Iskola: EN=536,42kcal FH=48,00g ZS=15,49g SZH=51,21g CK=7,11g SÓ=3,82g TZS=1,70g	K.Iskola: EN=1 014,36kcal FH=92,86g ZS=28,78g SZH=96,33g CK=9,15g SÓ=7,62g TZS=3,40g
PÉNTEK 2024.10.04.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=0,04g SÓ=4,29g TZS=6,90g	Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=0,04g SÓ=4,45g TZS=8,40g	K.Iskola: EN=1 190,58kcal FH=100,98g ZS=39,88g SZH=94,79g CK=0,08g SÓ=8,41g TZS=11,60g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.09.30.	Tea (diabetikus) (15)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldségkrémleves (2)*; Párolt sertés szelet; Tört burgonya;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=245,02kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,36g CK=0,32g SÓ=0,63g TZS=0,88g	Iskola: EN=256,58kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,64g CK=0,37g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=368,58kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=76,64g CK=0,37g SÓ=0,70g TZS=0,90g
KEDD 2024.10.01.	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásment.; Paradicsom mártás 'Cukormentes' (5, 15)*; F tt burgonya;	Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=173,22kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,76g CK=0,44g SÓ=1,03g TZS=2,08g	Iskola: EN=224,98kcal FH=8,35g ZS=10,80g SZH=23,44g CK=0,61g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=245,08kcal FH=9,35g ZS=12,50g SZH=23,64g CK=0,67g SÓ=1,70g TZS=3,90g
SZERDA 2024.10.02.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldf szeres (9)*; Rizi-bizi;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SÓ=1,13g TZS=1,01g	Iskola: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=178,50kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,24g CK=0,30g SÓ=1,95g TZS=1,23g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.03.	Tea (diabetikus) (15)*; Tejfölös túró (házi) (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=126,02kcal FH=6,18g ZS=1,80g SZH=21,01g CK=0,32g SÓ=0,64g TZS=0,18g	Iskola: EN=163,38kcal FH=8,36g ZS=3,55g SZH=23,99g CK=0,37g SÓ=0,71g TZS=0,20g	K.Iskola: EN=176,28kcal FH=9,23g ZS=4,40g SZH=24,34g CK=0,37g SÓ=0,72g TZS=0,20g
PÉNTEK 2024.10.04.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya;	Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=226,50kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,45g CK=0,27g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Iskola: EN=269,10kcal FH=14,75g ZS=13,20g SZH=22,75g CK=0,30g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=300,50kcal FH=17,35g ZS=15,50g SZH=22,80g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=8,40g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.07.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	szibarack leves tejszínes (2)*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g	Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g
KEDD 2024.10.08.	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Sertés sült; Burgonyaf zelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=228,50kcal FH=8,36g ZS=9,25g SZH=27,31g CK=6,08g SÓ=0,71g TZS=4,46g	Iskola: EN=256,00kcal FH=9,30g ZS=9,35g SZH=32,85g CK=6,10g SÓ=0,85g TZS=4,50g	K.Iskola: EN=307,40kcal FH=10,88g ZS=9,52g SZH=43,42g CK=6,14g SÓ=1,13g TZS=4,58g
SZERDA 2024.10.09.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacskás tészta gluténment.; Káposzta saláta;	Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=278,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=39,65g CK=13,65g SÓ=0,55g TZS=2,85g	Iskola: EN=300,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=41,95g CK=15,95g SÓ=0,80g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=322,50kcal FH=13,15g ZS=10,05g SZH=44,25g CK=18,25g SÓ=0,65g TZS=3,75g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.10.	Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csontleves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya; Alma;	Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=166,62kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,53g CK=5,13g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=214,08kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,44g CK=7,17g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=279,28kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,17g CK=9,21g SÓ=2,23g TZS=1,31g
PÉNTEK 2024.10.11.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Burgonyaleves tejfölös (2)*; Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabf zelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=268,50kcal FH=10,91g ZS=6,99g SZH=39,60g CK=9,35g SÓ=0,90g TZS=2,70g	Iskola: EN=294,50kcal FH=12,70g ZS=7,80g SZH=42,50g CK=11,65g SÓ=0,95g TZS=3,15g	K.Iskola: EN=318,50kcal FH=14,37g ZS=8,58g SZH=45,10g CK=13,95g SÓ=1,00g TZS=3,60g
	Óvoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=37,20g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g
	Óvoda: EN=191,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=37,28g CK=16,50g SÓ=0,56g TZS=0,86g	Iskola: EN=217,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=42,48g CK=16,52g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=267,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=52,88g CK=16,56g SÓ=0,98g TZS=0,98g
	Óvoda: EN=155,90kcal FH=5,72g ZS=4,49g SZH=22,56g CK=0,08g SÓ=0,86g TZS=1,02g	Iskola: EN=203,00kcal FH=9,10g ZS=5,21g SZH=29,22g CK=0,10g SÓ=1,30g TZS=1,22g	K.Iskola: EN=264,20kcal FH=11,90g ZS=5,69g SZH=40,35g CK=0,14g SÓ=1,73g TZS=1,38g
	Óvoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=9,47g SZH=23,08g CK=0,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,62g CK=0,16g SÓ=1,09g TZS=1,43g	K.Iskola: EN=383,30kcal FH=11,00g ZS=18,86g SZH=40,96g CK=0,26g SÓ=1,76g TZS=2,74g
	Óvoda: EN=194,40kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=35,80g CK=13,33g SÓ=0,56g TZS=0,86g	Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=13,35g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=66,40g CK=26,64g SÓ=0,98g TZS=0,98g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.07.	Rostos almalé; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	szibarack leves 'Liszt-, tejmentes'; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;	Bebó margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=239,06kcal FH=7,21g ZS=3,94g SZH=29,93g CK=0,13g SÓ=0,65g TZS=0,76g	Iskola: EN=280,52kcal FH=10,06g ZS=4,83g SZH=35,17g CK=0,15g SÓ=0,79g TZS=0,80g	K.Iskola: EN=363,32kcal FH=15,74g ZS=6,61g SZH=45,65g CK=0,19g SÓ=1,07g TZS=0,88g
KEDD 2024.10.08.	Tea citromos; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Sertés sült; Burgonyaf zelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=203,92kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=27,84g CK=5,13g SÓ=0,95g TZS=1,81g	Iskola: EN=239,78kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=35,41g CK=7,17g SÓ=1,09g TZS=1,85g	K.Iskola: EN=378,38kcal FH=12,56g ZS=13,76g SZH=49,45g CK=9,21g SÓ=1,76g TZS=3,58g
SZERDA 2024.10.09.	Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacskás tészta gluténment.; Káposzta saláta;	Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,85g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SÓ=0,55g TZS=1,05g	Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SÓ=0,60g TZS=1,05g	K.Iskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SÓ=0,65g TZS=1,05g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.10.	Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csontleves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya; Alma;	Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=166,62kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,53g CK=5,13g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=214,08kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,44g CK=7,17g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=279,28kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,17g CK=9,21g SÓ=2,23g TZS=1,31g
PÉNTEK 2024.10.11.	Rizstej; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabf zelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=300,50kcal FH=6,71g ZS=5,99g SZH=54,40g CK=0,15g SÓ=0,90g TZS=0,90g	Iskola: EN=334,50kcal FH=7,45g ZS=6,55g SZH=61,00g CK=0,15g SÓ=0,95g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=366,50kcal FH=8,07g ZS=7,08g SZH=67,30g CK=0,15g SÓ=1,00g TZS=0,90g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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

(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákkeltő; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.07.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	szibarackleves tejjel 'lisztmentes' (2)*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;	Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;	
	Óvoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=0,04g SÓ=4,29g TZS=6,90g	Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=0,04g SÓ=4,45g TZS=8,40g	K.Iskola: EN=1 190,58kcal FH=100,98g ZS=39,88g SZH=94,79g CK=0,08g SÓ=8,41g TZS=11,60g	Óvoda: EN=491,74kcal FH=19,04g ZS=19,64g SZH=76,32g CK=21,41g SÓ=0,34g TZS=1,69g
KEDD 2024.10.08.	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	Zöldségleves 'lisztmentes'; Sertés sült; Burgonyaf zelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
	Óvoda: EN=585,14kcal FH=49,39g ZS=21,37g SZH=49,28g CK=6,04g SÓ=3,96g TZS=6,00g	Iskola: EN=587,54kcal FH=49,59g ZS=21,39g SZH=49,62g CK=6,04g SÓ=3,96g TZS=6,00g	K.Iskola: EN=1 045,78kcal FH=93,68g ZS=33,84g SZH=92,56g CK=6,08g SÓ=7,76g TZS=7,70g	Óvoda: EN=554,60kcal FH=35,86g ZS=18,76g SZH=55,83g CK=2,19g SÓ=1,47g TZS=1,37g
SZERDA 2024.10.09.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacskás tészta gluténment.; Káposzta saláta;	Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	
	Óvoda: EN=576,54kcal FH=50,19g ZS=18,94g SZH=51,97g CK=9,24g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=598,54kcal FH=51,74g ZS=19,69g SZH=54,27g CK=11,54g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 077,58kcal FH=97,28g ZS=32,88g SZH=99,34g CK=13,88g SÓ=7,91g TZS=6,80g	Óvoda: EN=590,52kcal FH=23,40g ZS=22,53g SZH=71,19g CK=11,15g SÓ=0,33g TZS=1,87g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.10.	Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Csontleves 'lisztmentes'; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya; Alma;	Zöldf szemes harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
	Óvoda: EN=523,26kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=48,50g CK=5,09g SÓ=4,31g TZS=2,53g	Iskola: EN=545,62kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=51,21g CK=7,11g SÓ=4,81g TZS=2,67g	K.Iskola: EN=1 017,66kcal FH=93,13g ZS=29,24g SZH=96,31g CK=9,15g SÓ=8,86g TZS=4,43g	Óvoda: EN=462,91kcal FH=21,65g ZS=15,49g SZH=54,03g CK=1,37g SÓ=0,84g TZS=1,23g
PÉNTEK 2024.10.11.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabf zelék tejfölös 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
	Óvoda: EN=582,54kcal FH=50,55g ZS=19,03g SZH=52,87g CK=9,24g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=608,54kcal FH=52,34g ZS=19,84g SZH=55,77g CK=11,54g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 089,58kcal FH=98,00g ZS=33,06g SZH=101,14g CK=13,88g SÓ=7,91g TZS=6,80g	Óvoda: EN=547,19kcal FH=30,84g ZS=20,51g SZH=56,42g CK=6,50g SÓ=1,22g TZS=1,98g
	Óvoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=0,04g SÓ=4,29g TZS=6,90g	Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=0,04g SÓ=4,45g TZS=8,40g	K.Iskola: EN=1 190,58kcal FH=100,98g ZS=39,88g SZH=94,79g CK=0,08g SÓ=8,41g TZS=11,60g	Óvoda: EN=491,74kcal FH=19,04g ZS=19,64g SZH=76,32g CK=21,41g SÓ=0,34g TZS=1,69g
	Óvoda: EN=585,14kcal FH=49,39g ZS=21,37g SZH=49,28g CK=6,04g SÓ=3,96g TZS=6,00g	Iskola: EN=587,54kcal FH=49,59g ZS=21,39g SZH=49,62g CK=6,04g SÓ=3,96g TZS=6,00g	K.Iskola: EN=1 045,78kcal FH=93,68g ZS=33,84g SZH=92,56g CK=6,08g SÓ=7,76g TZS=7,70g	Óvoda: EN=554,60kcal FH=35,86g ZS=18,76g SZH=55,83g CK=2,19g SÓ=1,47g TZS=1,37g
	Óvoda: EN=576,54kcal FH=50,19g ZS=18,94g SZH=51,97g CK=9,24g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=598,54kcal FH=51,74g ZS=19,69g SZH=54,27g CK=11,54g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 077,58kcal FH=97,28g ZS=32,88g SZH=99,34g CK=13,88g SÓ=7,91g TZS=6,80g	Óvoda: EN=590,52kcal FH=23,40g ZS=22,53g SZH=71,19g CK=11,15g SÓ=0,33g TZS=1,87g
	Óvoda: EN=523,26kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=48,50g CK=5,09g SÓ=4,31g TZS=2,53g	Iskola: EN=545,62kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=51,21g CK=7,11g SÓ=4,81g TZS=2,67g	K.Iskola: EN=1 017,66kcal FH=93,13g ZS=29,24g SZH=96,31g CK=9,15g SÓ=8,86g TZS=4,43g	Óvoda: EN=462,91kcal FH=21,65g ZS=15,49g SZH=54,03g CK=1,37g SÓ=0,84g TZS=1,23g
	Óvoda: EN=582,54kcal FH=50,55g ZS=19,03g SZH=52,87g CK=9,24g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=608,54kcal FH=52,34g ZS=19,84g SZH=55,77g CK=11,54g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 089,58kcal FH=98,00g ZS=33,06g SZH=101,14g CK=13,88g SÓ=7,91g TZS=6,80g	Óvoda: EN=547,19kcal FH=30,84g ZS=20,51g SZH=56,42g CK=6,50g SÓ=1,22g TZS=1,98g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.07.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;	szibarack leves (cukormentes, tejmentes) (15)*; Sertésragu; Petrezselymes rizs;	Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=233,22kcal FH=12,07g ZS=10,94g SZH=21,41g CK=0,32g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Iskola: EN=280,18kcal FH=15,35g ZS=13,35g SZH=24,34g CK=0,37g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=313,58kcal FH=18,07g ZS=15,68g SZH=24,69g CK=0,37g SÓ=1,50g TZS=8,40g
KEDD 2024.10.08.	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Sertés sült; Burgonyaf zelék 'tejmentes'; Alma;	Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=225,30kcal FH=9,01g ZS=9,35g SZH=26,30g CK=6,27g SÓ=0,78g TZS=4,48g	Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SÓ=0,85g TZS=4,50g	K.Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SÓ=0,85g TZS=4,50g
SZERDA 2024.10.09.	Tej (2)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tavaszeleves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacskas tészta gluténment.; Káposzta saláta 'Cukormentes' (15)*;	Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=216,95kcal FH=13,04g ZS=4,82g SZH=30,33g CK=9,51g SÓ=0,86g TZS=1,98g	Iskola: EN=270,93kcal FH=17,21g ZS=6,61g SZH=35,52g CK=11,88g SÓ=0,98g TZS=2,45g	K.Iskola: EN=300,69kcal FH=19,52g ZS=7,74g SZH=38,12g CK=14,23g SÓ=1,06g TZS=2,90g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.10.	Tea (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csontleves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya;	Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=147,02kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=21,03g CK=0,32g SÓ=1,13g TZS=1,01g	Iskola: EN=172,58kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,99g CK=0,37g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=179,58kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,33g CK=0,37g SÓ=1,95g TZS=1,23g
PÉNTEK 2024.10.11.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabf zelék (tejfölös,cukormentes) (2)*;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=226,30kcal FH=10,47g ZS=7,04g SZH=30,39g CK=9,47g SÓ=0,83g TZS=2,68g	Iskola: EN=263,50kcal FH=12,70g ZS=7,90g SZH=35,55g CK=11,80g SÓ=0,95g TZS=3,15g	K.Iskola: EN=287,50kcal FH=14,37g ZS=8,68g SZH=38,15g CK=14,10g SÓ=1,00g TZS=3,60g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.14.	Tea csipkebogyó; Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Rizsleves; Chilis bab diéta; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=221,08kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,61g CK=5,17g SÓ=0,95g TZS=1,39g	Iskola: EN=254,42kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,83g CK=7,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	K.Iskola: EN=412,94kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,01g CK=9,32g SÓ=1,76g TZS=2,74g
KEDD 2024.10.15.	Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=261,38kcal FH=13,75g ZS=9,03g SZH=30,64g CK=9,33g SÓ=0,85g TZS=2,76g	Iskola: EN=344,86kcal FH=18,36g ZS=12,64g SZH=38,52g CK=11,65g SÓ=1,04g TZS=3,45g	K.Iskola: EN=444,07kcal FH=17,35g ZS=15,40g SZH=51,43g CK=14,00g SÓ=1,39g TZS=4,20g
SZERDA 2024.10.16.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomf zelék tejes (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=356,70kcal FH=12,15g ZS=10,80g SZH=38,65g CK=0,15g SÓ=1,18g TZS=5,40g	Iskola: EN=388,10kcal FH=14,75g ZS=13,10g SZH=38,70g CK=0,15g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=419,50kcal FH=17,35g ZS=15,40g SZH=51,43g CK=14,00g SÓ=1,50g TZS=8,40g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.17.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;	Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=336,10kcal FH=10,64g ZS=6,90g SZH=44,20g CK=9,30g SÓ=0,85g TZS=2,70g	Iskola: EN=370,50kcal FH=12,35g ZS=7,65g SZH=49,30g CK=11,60g SÓ=0,90g TZS=3,15g	K.Iskola: EN=392,50kcal FH=13,90g ZS=8,40g SZH=51,60g CK=13,90g SÓ=0,95g TZS=3,60g
PÉNTEK 2024.10.18.	Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Sajtszórat (2)*; Alma;	Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=5,17g SÓ=0,89g TZS=1,94g	Iskola: EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,69g CK=7,25g SÓ=1,36g TZS=3,06g	K.Iskola: EN=340,78kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=46,24g CK=9,31g SÓ=1,80g TZS=3,68g
	Óvoda: EN=817,89kcal FH=39,41g ZS=28,31g SZH=98,93g CK=4,26g SÓ=1,45g TZS=1,18g	Óvoda: EN=130,90kcal FH=5,59g ZS=1,76g SZH=22,35g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g	Óvoda: EN=185,80kcal FH=8,31g ZS=3,60g SZH=28,85g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g
	Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Óvoda: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g
	Óvoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	Óvoda: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g	Óvoda: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g
	Óvoda: EN=802,23kcal FH=29,20g ZS=9,55g SZH=141,68g CK=30,75g SÓ=3,81g TZS=0,99g	Óvoda: EN=124,96kcal FH=5,23g ZS=1,67g SZH=21,45g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g	Óvoda: EN=175,89kcal FH=7,72g ZS=3,45g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g
	Óvoda: EN=962,25kcal FH=34,49g ZS=35,05g SZH=122,60g CK=19,64g SÓ=0,75g TZS=3,78g	Óvoda: EN=304,50kcal FH=11,51g ZS=9,59g SZH=41,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Óvoda: EN=308,50kcal FH=11,75g ZS=9,65g SZH=41,60g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.14.	Tea csipkebogyó; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Rizsleves; Chilis bab diéta; Adalékmentes kenyér Ebéd (1)*;	Zöldf szerez harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=184,38kcal FH=7,56g ZS=5,22g SZH=25,84g CK=5,11g SÓ=1,14g TZS=0,86g	Iskola: EN=249,72kcal FH=12,90g ZS=6,70g SZH=33,06g CK=7,15g SÓ=1,86g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=324,04kcal FH=16,68g ZS=7,56g SZH=45,47g CK=9,20g SÓ=2,43g TZS=0,98g
KEDD 2024.10.15.	Rizstej; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=293,38kcal FH=9,55g ZS=8,03g SZH=45,44g CK=0,13g SÓ=0,85g TZS=0,96g	Iskola: EN=384,86kcal FH=13,11g ZS=11,39g SZH=57,02g CK=0,15g SÓ=1,04g TZS=1,20g	K.Iskola: EN=492,07kcal FH=16,90g ZS=14,12g SZH=73,63g CK=0,20g SÓ=1,39g TZS=1,50g
SZERDA 2024.10.16.	Rostos almalé; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomf zelék liszt-,tejmentes'; Adalékmentes kenyér Ebéd (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=266,10kcal FH=4,65g ZS=3,93g SZH=59,00g CK=0,10g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=268,50kcal FH=4,85g ZS=3,95g SZH=39,35g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=269,70kcal FH=4,95g ZS=3,96g SZH=39,52g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.17.	Rizstej; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;	Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=368,10kcal FH=6,44g ZS=5,90g SZH=59,00g CK=0,10g SÓ=0,85g TZS=0,90g	Iskola: EN=410,50kcal FH=7,10g ZS=6,40g SZH=67,80g CK=0,10g SÓ=0,90g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=440,50kcal FH=7,60g ZS=6,90g SZH=73,80g CK=0,10g SÓ=0,95g TZS=0,90g
PÉNTEK 2024.10.18.	Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Alma;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=5,17g SÓ=0,89g TZS=1,94g	Iskola: EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,69g CK=7,25g SÓ=1,36g TZS=3,06g	K.Iskola: EN=340,78kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=46,24g CK=9,31g SÓ=1,80g TZS=3,68g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.o.vi.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 2024.10.14.	Tea csipkebogyó; Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Rizsleves; Chilis bab diéta; Kenyér 'gluténmentes';	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=577,72kcal FH=46,60g ZS=21,56g SZH=49,58g CK=5,13g SÓ=4,20g TZS=2,93g	Iskola: EN=585,96kcal FH=46,60g ZS=21,56g SZH=51,60g CK=7,15g SÓ=4,20g TZS=2,93g	K.Iskola: EN=1 151,32kcal FH=93,20g ZS=43,12g SZH=98,15g CK=9,26g SÓ=8,39g TZS=5,86g
KEDD 2024.10.15.	Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	Csontleves 'lisztmentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=618,02kcal FH=54,78g ZS=21,15g SZH=52,61g CK=9,29g SÓ=4,10g TZS=4,30g	Iskola: EN=676,40kcal FH=58,65g ZS=24,68g SZH=55,29g CK=11,59g SÓ=4,15g TZS=4,95g	K.Iskola: EN=1 182,45kcal FH=105,99g ZS=39,93g SZH=100,57g CK=13,94g SÓ=8,02g TZS=7,32g
SZERDA 2024.10.16.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomf zelék tejes (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;
	Óvoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=59,67g CK=9,24g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=64,77g CK=11,54g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 190,58kcal FH=100,98g ZS=39,88g SZH=94,79g CK=0,08g SÓ=8,41g TZS=11,60g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.17.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;	Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'gluténmentes';	Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=610,64kcal FH=50,63g ZS=18,94g SZH=59,67g CK=9,24g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=645,04kcal FH=52,34g ZS=19,69g SZH=64,77g CK=11,54g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 124,08kcal FH=97,88g ZS=32,88g SZH=109,84g CK=13,88g SÓ=7,91g TZS=6,80g
PÉNTEK 2024.10.18.	Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldborsó leves 'lisztmentes'; Milánói makaróni 'lisztmentes'; Sajtszórat (2)*; Alma;	Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;
	Óvoda: EN=547,86kcal FH=46,59g ZS=18,94g SZH=48,13g CK=5,13g SÓ=4,14g TZS=3,48g	Iskola: EN=594,82kcal FH=49,19g ZS=21,94g SZH=50,46g CK=7,19g SÓ=4,47g TZS=4,56g	K.Iskola: EN=1 079,16kcal FH=94,48g ZS=35,88g SZH=95,38g CK=9,25g SÓ=8,43g TZS=6,80g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.14.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárazbabf zelék tej-,liszt-, cukormentes;	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=200,60kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=22,57g CK=0,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	Iskola: EN=225,70kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=27,77g CK=0,16g SÓ=1,09g TZS=1,43g	K.Iskola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=39,94g CK=0,26g SÓ=1,76g TZS=2,74g
KEDD 2024.10.15.	Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=261,78kcal FH=14,71g ZS=9,16g SZH=30,14g CK=9,52g SÓ=0,92g TZS=2,78g	Iskola: EN=331,36kcal FH=19,01g ZS=12,74g SZH=35,07g CK=11,85g SÓ=1,04g TZS=3,45g	K.Iskola: EN=380,37kcal FH=17,95g ZS=15,56g SZH=37,58g CK=14,16g SÓ=1,11g TZS=4,12g
SZERDA 2024.10.16.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomf zelék cukormentes (2, 15)*;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=230,10kcal FH=12,02g ZS=10,88g SZH=20,96g CK=0,27g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Iskola: EN=275,10kcal FH=15,25g ZS=13,25g SZH=23,60g CK=0,30g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=307,70kcal FH=17,95g ZS=15,56g SZH=23,82g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=8,40g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.17.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=226,30kcal FH=10,47g ZS=7,04g SZH=30,39g CK=9,47g SÓ=0,83g TZS=2,68g	Iskola: EN=263,50kcal FH=12,70g ZS=7,90g SZH=35,55g CK=11,80g SÓ=0,95g TZS=3,15g	K.Iskola: EN=287,50kcal FH=14,37g ZS=8,68g SZH=38,15g CK=14,10g SÓ=1,00g TZS=3,60g
PÉNTEK 2024.10.18.	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni 'Cukormentes'; Sajtszórat (2)*; Alma;	Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=171,62kcal FH=6,51g ZS=6,95g SZH=20,66g CK=0,36g SÓ=0,96g TZS=1,96g	Iskola: EN=221,78kcal FH=9,55g ZS=10,00g SZH=23,24g CK=0,45g SÓ=1,36g TZS=3,06g	K.Iskola: EN=241,08kcal FH=10,85g ZS=11,50g SZH=23,39g CK=0,47g SÓ=1,52g TZS=3,60g
	Óvoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=5,78g SÓ=0,71g TZS=4,31g	Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SÓ=0,85g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,49g SZH=43,90g CK=5,84g SÓ=1,13g TZS=4,43g
	Óvoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g	Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=76,55g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g
	Óvoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g SZH=21,77g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g	Iskola: EN=191,20kcal FH=7,74g ZS=7,07g SZH=24,02g CK=0,30g SÓ=1,09g TZS=1,85g	K.Iskola: EN=270,40kcal FH=11,13g ZS=13,64g SZH=25,49g CK=0,30g SÓ=1,48g TZS=3,50g
	Óvoda: EN=262,30kcal FH=11,07g ZS=9,64g SZH=31,79g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g	Iskola: EN=277,50kcal FH=11,75g ZS=9,75g SZH=34,65g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=279,50kcal FH=11,87g ZS=9,78g SZH=34,95g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.21.	Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetél; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
	Óvoda: EN=338,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=56,13g CK=30,07g SÓ=0,55g TZS=2,85g	Iskola: EN=360,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=58,43g CK=32,37g SÓ=0,60g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=382,50kcal FH=13,15g ZS=10,05g SZH=60,73g CK=34,67g SÓ=0,65g TZS=3,75g	Óvoda: EN=638,74kcal FH=10,21g ZS=16,70g SZH=109,85g CK=32,56g SÓ=1,28g TZS=3,41g
KEDD 2024.10.22.	Rostos ivólé 100% narancs; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsóf zelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
	Óvoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g	Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g	Óvoda: EN=648,36kcal FH=25,04g ZS=25,12g SZH=75,75g CK=17,19g SÓ=1,10g TZS=1,59g
SZERDA 2024.10.23.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
	Óvoda: EN=267,60kcal FH=12,55g ZS=9,89g SZH=31,47g CK=9,28g SÓ=1,15g TZS=3,61g	Iskola: EN=314,70kcal FH=14,84g ZS=10,72g SZH=38,97g CK=11,60g SÓ=1,34g TZS=4,10g	K.Iskola: EN=466,10kcal FH=21,26g ZS=18,20g SZH=53,14g CK=13,94g SÓ=2,06g TZS=6,28g	Óvoda: EN=526,08kcal FH=26,16g ZS=17,89g SZH=60,26g CK=16,35g SÓ=0,63g TZS=2,90g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.24.	Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Burgonyaleves tejfölös (2)*; Sült csirkecomb; Almamártás (2)*; Pirított kukoricadara;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
	Óvoda: EN=260,10kcal FH=4,96g ZS=7,22g SZH=30,20g CK=0,20g SÓ=0,96g TZS=2,06g	Iskola: EN=325,40kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=35,80g CK=0,34g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=395,70kcal FH=10,18g ZS=12,56g SZH=46,40g CK=0,44g SÓ=1,98g TZS=3,98g	Óvoda: EN=818,70kcal FH=41,41g ZS=29,89g SZH=88,99g CK=26,89g SÓ=1,21g TZS=4,76g
PÉNTEK 2024.10.25.	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
	Óvoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Óvoda: EN=457,74kcal FH=25,03g ZS=18,34g SZH=57,93g CK=5,53g SÓ=0,27g TZS=1,27g
	Óvoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Óvoda: EN=457,74kcal FH=25,03g ZS=18,34g SZH=57,93g CK=5,53g SÓ=0,27g TZS=1,27g
	Óvoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Óvoda: EN=457,74kcal FH=25,03g ZS=18,34g SZH=57,93g CK=5,53g SÓ=0,27g TZS=1,27g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.21.	Rizstej; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetél; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=370,50kcal FH=5,85g ZS=7,55g SZH=70,93g CK=20,87g SÓ=0,55g TZS=1,05g	Iskola: EN=400,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=76,93g CK=20,87g SÓ=0,60g TZS=1,05g	K.Iskola: EN=430,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=82,93g CK=20,87g SÓ=0,65g TZS=1,05g
KEDD 2024.10.22.	Rostos ivólé 100% narancs; Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsóf zelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=254,30kcal FH=4,87g ZS=6,59g SZH=30,23g CK=0,13g SÓ=1,00g TZS=1,90g	Iskola: EN=313,80kcal FH=7,52g ZS=9,45g SZH=35,86g CK=0,19g SÓ=1,58g TZS=2,98g	K.Iskola: EN=381,20kcal FH=9,96g ZS=10,99g SZH=46,48g CK=0,26g SÓ=2,08g TZS=3,58g
SZERDA 2024.10.23.	Tea csipkebogyó; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=223,18kcal FH=5,67g ZS=10,48g SZH=25,99g CK=5,14g SÓ=1,03g TZS=3,64g	Iskola: EN=303,72kcal FH=8,22g ZS=14,99g SZH=33,31g CK=7,20g SÓ=1,49g TZS=5,53g	K.Iskola: EN=362,04kcal FH=9,71g ZS=15,15g SZH=45,72g CK=9,25g SÓ=1,77g TZS=5,61g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.24.	Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás 'tejmentes'; Pirított kukoricadara;	Alma; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=260,10kcal FH=4,96g ZS=7,22g SZH=30,20g CK=0,20g SÓ=0,96g TZS=2,06g	Iskola: EN=325,40kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=35,80g CK=0,34g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=395,70kcal FH=10,18g ZS=12,56g SZH=46,40g CK=0,44g SÓ=1,98g TZS=3,98g
PÉNTEK 2024.10.25.	Tea csipkebogyó; Házi pulykahúskrém; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=272,36kcal FH=8,29g ZS=6,08g SZH=32,47g CK=5,18g SÓ=0,74g TZS=1,00g	Iskola: EN=314,58kcal FH=10,41g ZS=8,84g SZH=34,53g CK=7,20g SÓ=0,74g TZS=1,20g	K.Iskola: EN=348,51kcal FH=12,12g ZS=10,90g SZH=36,58g CK=9,22g SÓ=0,76g TZS=1,42g
	Óvoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,09g CK=0,14g SÓ=2,23g TZS=1,31g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.21.	Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetél; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';					
	Óvoda: EN=636,54kcal FH=50,19g ZS=18,94g SZH=68,45g CK=25,66g SÓ=4,01g TZS=4,20g	Iskola: EN=658,54kcal FH=51,74g ZS=19,69g SZH=70,75g CK=27,96g SÓ=4,06g TZS=4,65g	K.Iskola: EN=1 137,58kcal FH=97,28g ZS=32,88g SZH=115,82g CK=30,30g SÓ=7,91g TZS=6,80g	Óvoda: EN=638,74kcal FH=10,21g ZS=16,70g SZH=109,85g CK=32,56g SÓ=1,28g TZS=3,41g	Iskola: EN=841,13kcal FH=14,56g ZS=23,02g SZH=141,28g CK=38,70g SÓ=2,03g TZS=5,22g	K.Iskola: EN=948,21kcal FH=16,33g ZS=26,07g SZH=159,28g CK=38,83g SÓ=2,18g TZS=5,47g	Óvoda: EN=557,84kcal FH=46,66g ZS=21,59g SZH=44,66g CK=0,10g SÓ=4,20g TZS=2,93g	Iskola: EN=557,84kcal FH=46,66g ZS=21,59g SZH=44,66g CK=0,10g SÓ=4,20g TZS=2,93g
KEDD 2024.10.22.	Rostos ivólé 100% narancs; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Tarhonyaleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Zöldborsóf zelék tejjel 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;					
	Óvoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=0,04g SÓ=4,29g TZS=6,90g	Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=0,04g SÓ=4,45g TZS=8,40g	K.Iskola: EN=1 190,58kcal FH=100,98g ZS=39,88g SZH=94,79g CK=0,08g SÓ=8,41g TZS=11,60g	Óvoda: EN=703,81kcal FH=34,63g ZS=31,11g SZH=67,36g CK=17,23g SÓ=1,55g TZS=2,21g	Iskola: EN=864,08kcal FH=41,02g ZS=38,62g SZH=82,88g CK=23,31g SÓ=1,99g TZS=2,58g	K.Iskola: EN=1 113,34kcal FH=58,46g ZS=43,64g SZH=115,51g CK=31,51g SÓ=3,30g TZS=3,03g	Óvoda: EN=494,54kcal FH=44,35g ZS=16,03g SZH=43,67g CK=0,04g SÓ=3,81g TZS=2,40g	Iskola: EN=498,54kcal FH=44,59g ZS=16,09g SZH=44,27g CK=0,04g SÓ=3,81g TZS=2,40g
SZERDA 2024.10.23.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;					
	Óvoda: EN=624,24kcal FH=53,58g ZS=22,01g SZH=53,44g CK=9,24g SÓ=4,40g TZS=5,15g	Iskola: EN=646,24kcal FH=55,13g ZS=22,76g SZH=55,74g CK=11,54g SÓ=4,45g TZS=5,60g	K.Iskola: EN=1 204,48kcal FH=104,06g ZS=42,52g SZH=102,28g CK=13,88g SÓ=8,69g TZS=9,40g	Óvoda: EN=507,77kcal FH=26,28g ZS=15,17g SZH=61,63g CK=16,35g SÓ=0,63g TZS=2,60g	Iskola: EN=643,42kcal FH=33,41g ZS=19,08g SZH=78,52g CK=22,27g SÓ=0,88g TZS=3,17g	K.Iskola: EN=775,81kcal FH=41,66g ZS=23,55g SZH=92,19g CK=26,89g SÓ=1,21g TZS=4,07g	Óvoda: EN=485,14kcal FH=46,56g ZS=13,82g SZH=43,93g CK=0,04g SÓ=3,82g TZS=1,70g	Iskola: EN=513,34kcal FH=48,50g ZS=15,54g SZH=44,97g CK=0,04g SÓ=3,82g TZS=1,70g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.24.	Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás 'Liszt-, tejmentes'; Pirított kukoricadara;	Pizzás csiga 60g GLUTÉNMENTES; Alma;					
	Óvoda: EN=616,74kcal FH=45,99g ZS=19,34g SZH=52,17g CK=0,16g SÓ=4,21g TZS=3,60g	Iskola: EN=656,94kcal FH=47,99g ZS=22,74g SZH=52,57g CK=0,28g SÓ=4,61g TZS=4,80g	K.Iskola: EN=1 134,08kcal FH=92,98g ZS=36,88g SZH=95,54g CK=0,38g SÓ=8,61g TZS=7,10g	Óvoda: EN=512,20kcal FH=21,77g ZS=17,44g SZH=58,23g CK=18,08g SÓ=0,14g TZS=1,22g	Iskola: EN=693,53kcal FH=27,17g ZS=23,56g SZH=82,30g CK=25,40g SÓ=0,27g TZS=1,73g	K.Iskola: EN=850,61kcal FH=31,95g ZS=29,51g SZH=101,43g CK=32,80g SÓ=0,39g TZS=2,23g	Óvoda: EN=181,70kcal FH=2,24g ZS=6,78g SZH=25,70g CK=0,48g SÓ=0,60g TZS=5,40g	Iskola: EN=194,10kcal FH=2,40g ZS=6,78g SZH=28,50g CK=0,48g SÓ=0,60g TZS=5,40g
PÉNTEK 2024.10.25.	Kefír (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes';	Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken 'lisztmentes'; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';					
	Óvoda: EN=616,42kcal FH=53,08g ZS=23,37g SZH=48,60g CK=5,79g SÓ=4,05g TZS=5,95g	Iskola: EN=650,40kcal FH=55,20g ZS=26,13g SZH=48,64g CK=5,79g SÓ=4,05g TZS=6,15g	K.Iskola: EN=1 133,25kcal FH=100,89g ZS=40,62g SZH=91,45g CK=5,84g SÓ=7,87g TZS=8,07g	Óvoda: EN=467,07kcal FH=25,21g ZS=18,37g SZH=59,99g CK=5,53g SÓ=0,42g TZS=1,27g	Iskola: EN=598,67kcal FH=32,43g ZS=22,08g SZH=82,63g CK=6,91g SÓ=0,87g TZS=1,48g	K.Iskola: EN=683,91kcal FH=36,60g ZS=24,92g SZH=96,03g CK=8,24g SÓ=1,29g TZS=1,70g	Óvoda: EN=502,54kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=43,44g CK=0,04g SÓ=4,31g TZS=2,53g	Iskola: EN=516,54kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=44,12g CK=0,04g SÓ=4,81g TZS=2,67g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.21.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtos tészta (diabetikus) (2)*; Alma;	Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=220,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=29,50g CK=9,47g SÓ=0,83g TZS=2,68g	Iskola: EN=253,50kcal FH=12,10g ZS=7,75g SZH=34,05g CK=11,80g SÓ=0,95g TZS=3,15g	K.Iskola: EN=275,50kcal FH=13,65g ZS=8,50g SZH=36,35g CK=14,10g SÓ=1,00g TZS=3,60g
KEDD 2024.10.22.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsóf zelék 'Cukormentes' (2, 15)*;	Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Iskola: EN=270,18kcal FH=14,75g ZS=13,20g SZH=22,84g CK=0,37g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=301,58kcal FH=17,35g ZS=15,50g SZH=22,89g CK=0,37g SÓ=1,50g TZS=8,40g
SZERDA 2024.10.23.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g SZH=21,77g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g	Iskola: EN=191,20kcal FH=7,74g ZS=7,07g SZH=24,02g CK=0,30g SÓ=1,09g TZS=1,85g	K.Iskola: EN=270,40kcal FH=11,13g ZS=13,64g SZH=25,49g CK=0,30g SÓ=1,48g TZS=3,50g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.24.	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)*; Pírtott kukoricadara;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=173,22kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,76g CK=0,44g SÓ=1,03g TZS=2,08g	Iskola: EN=224,98kcal FH=8,35g ZS=10,80g SZH=23,44g CK=0,61g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=245,08kcal FH=9,35g ZS=12,50g SZH=23,64g CK=0,67g SÓ=1,70g TZS=3,90g
PÉNTEK 2024.10.25.	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SÓ=0,78g TZS=4,33g	Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SÓ=0,85g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SÓ=0,85g TZS=4,35g
	Óvoda: EN=167,90kcal FH=8,81g ZS=5,38g SZH=20,81g CK=0,27g SÓ=1,21g TZS=0,88g	Iskola: EN=213,50kcal FH=14,05g ZS=6,85g SZH=23,40g CK=0,30g SÓ=1,86g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=230,70kcal FH=16,45g ZS=7,56g SZH=23,57g CK=0,30g SÓ=2,15g TZS=0,90g
	Óvoda: EN=135,90kcal FH=4,21g ZS=3,98g SZH=20,81g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g	Iskola: EN=149,50kcal FH=4,85g ZS=4,05g SZH=23,40g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=150,70kcal FH=4,95g ZS=4,06g SZH=23,57g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g
	Óvoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g SZH=21,77g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g	Iskola: EN=191,20kcal FH=7,74g ZS=7,07g SZH=24,02g CK=0,30g SÓ=1,09g TZS=1,85g	K.Iskola: EN=270,40kcal FH=11,13g ZS=13,64g SZH=25,49g CK=0,30g SÓ=1,48g TZS=3,50g
	Óvoda: EN=131,30kcal FH=6,54g ZS=1,89g SZH=21,84g CK=0,27g SÓ=0,64g TZS=0,18g	Iskola: EN=172,30kcal FH=8,96g ZS=3,70g SZH=25,40g CK=0,30g SÓ=0,71g TZS=0,20g	K.Iskola: EN=187,20kcal FH=9,95g ZS=4,58g SZH=26,05g CK=0,30g SÓ=0,72g TZS=0,20g
	Óvoda: EN=173,22kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,76g CK=0,44g SÓ=1,03g TZS=2,08g	Iskola: EN=224,98kcal FH=8,35g ZS=10,80g SZH=23,44g CK=0,61g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=245,08kcal FH=9,35g ZS=12,50g SZH=23,64g CK=0,67g SÓ=1,70g TZS=3,90g
	Óvoda: EN=225,30kcal FH=9,01g ZS=9,35g SZH=26,30g CK=6,27g SÓ=0,78g TZS=4,48g	Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SÓ=0,85g TZS=4,50g	K.Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SÓ=0,85g TZS=4,50g
	Óvoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SÓ=0,78g TZS=4,33g	Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SÓ=0,85g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SÓ=0,85g TZS=4,35g
	Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SÓ=1,13g TZS=1,01g	Iskola: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=178,50kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,23g CK=0,30g SÓ=1,95g TZS=1,23g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.28.	Tej (2)*; Zöldséges harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=288,60kcal FH=11,77g ZS=12,44g SZH=31,77g CK=9,34g SÓ=1,15g TZS=3,19g	Iskola: EN=335,70kcal FH=14,06g ZS=13,27g SZH=39,27g CK=11,66g SÓ=1,34g TZS=3,68g	K.Iskola: EN=508,10kcal FH=19,70g ZS=23,30g SZH=53,74g CK=14,06g SÓ=2,06g TZS=5,44g
KEDD 2024.10.29.	Rostos almalé; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=220,15kcal FH=6,19g ZS=1,72g SZH=31,15g CK=0,12g SÓ=0,59g TZS=0,16g	Iskola: EN=268,43kcal FH=9,31g ZS=2,81g SZH=37,32g CK=0,18g SÓ=0,73g TZS=0,20g	K.Iskola: EN=327,59kcal FH=11,65g ZS=3,36g SZH=48,19g CK=0,27g SÓ=1,04g TZS=0,28g
SZERDA 2024.10.30.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,41g CK=7,15g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SÓ=2,23g TZS=1,31g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.31.	Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizi-bizi; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=239,06kcal FH=13,41g ZS=6,94g SZH=30,13g CK=9,33g SÓ=0,85g TZS=2,56g	Iskola: EN=302,52kcal FH=17,81g ZS=8,58g SZH=37,67g CK=11,65g SÓ=1,04g TZS=3,05g	K.Iskola: EN=407,32kcal FH=25,04g ZS=11,11g SZH=50,45g CK=13,99g SÓ=1,37g TZS=3,58g
PÉNTEK 2024.11.01.	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=5,78g SÓ=0,71g TZS=4,31g	Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SÓ=0,85g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,49g SZH=43,90g CK=5,84g SÓ=1,13g TZS=4,43g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.28.	Rizstej; Zöldf szerez harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;					
	Óvoda: EN=320,60kcal FH=7,57g ZS=11,44g SZH=46,57g CK=0,14g SÓ=1,15g TZS=1,39g	Iskola: EN=375,70kcal FH=8,81g ZS=12,02g SZH=57,77g CK=0,16g SÓ=1,34g TZS=1,43g	K.Iskola: EN=556,10kcal FH=13,40g ZS=21,80g SZH=75,94g CK=0,26g SÓ=2,06g TZS=2,74g	Óvoda: EN=550,34kcal FH=17,29g ZS=16,72g SZH=80,25g CK=18,28g SÓ=0,29g TZS=0,31g	Iskola: EN=751,53kcal FH=21,66g ZS=25,20g SZH=106,49g CK=23,68g SÓ=0,43g TZS=0,82g	K.Iskola: EN=906,49kcal FH=25,39g ZS=31,29g SZH=127,32g CK=26,78g SÓ=0,50g TZS=1,23g	Óvoda: EN=208,70kcal FH=6,04g ZS=10,57g SZH=21,85g CK=0,11g SÓ=1,03g TZS=3,64g	Iskola: EN=285,00kcal FH=8,82g ZS=15,14g SZH=27,75g CK=0,15g SÓ=1,49g TZS=5,53g
KEDD 2024.10.29.	Rostos almalé; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csirke májkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;					
	Óvoda: EN=263,70kcal FH=5,26g ZS=7,25g SZH=30,71g CK=0,20g SÓ=0,96g TZS=2,06g	Iskola: EN=331,40kcal FH=8,20g ZS=10,75g SZH=36,65g CK=0,34g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=402,90kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,42g CK=0,44g SÓ=1,98g TZS=3,98g	Óvoda: EN=517,91kcal FH=19,06g ZS=21,53g SZH=59,39g CK=12,48g SÓ=0,73g TZS=0,87g	Iskola: EN=676,70kcal FH=24,86g ZS=28,96g SZH=75,72g CK=15,56g SÓ=1,14g TZS=1,18g	K.Iskola: EN=828,40kcal FH=29,37g ZS=34,02g SZH=96,86g CK=18,60g SÓ=1,65g TZS=1,53g	Óvoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g
SZERDA 2024.10.30.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;					
	Óvoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,41g CK=7,15g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SÓ=2,23g TZS=1,31g	Óvoda: EN=468,80kcal FH=22,20g ZS=14,43g SZH=59,82g CK=6,45g SÓ=0,38g TZS=0,99g	Iskola: EN=579,91kcal FH=28,05g ZS=17,70g SZH=73,67g CK=8,12g SÓ=0,55g TZS=1,20g	K.Iskola: EN=712,00kcal FH=31,94g ZS=21,07g SZH=94,58g CK=9,71g SÓ=0,71g TZS=1,46g	Óvoda: EN=180,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=30,40g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=184,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=31,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.31.	Tea citromos; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizi-bizi; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;					
	Óvoda: EN=171,78kcal FH=7,21g ZS=3,94g SZH=25,99g CK=5,18g SÓ=0,65g TZS=0,76g	Iskola: EN=221,60kcal FH=10,06g ZS=4,83g SZH=33,26g CK=7,22g SÓ=0,79g TZS=0,80g	K.Iskola: EN=312,40kcal FH=15,74g ZS=6,61g SZH=45,74g CK=9,26g SÓ=1,07g TZS=0,88g	Óvoda: EN=503,32kcal FH=18,45g ZS=10,45g SZH=93,07g CK=19,39g SÓ=1,77g TZS=1,20g	Iskola: EN=665,24kcal FH=24,27g ZS=13,59g SZH=125,67g CK=25,19g SÓ=2,23g TZS=1,56g	K.Iskola: EN=816,62kcal FH=30,02g ZS=15,86g SZH=154,76g CK=33,02g SÓ=2,83g TZS=1,86g	Óvoda: EN=170,50kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SÓ=0,89g TZS=1,94g	Iskola: EN=234,20kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=26,60g CK=0,18g SÓ=1,36g TZS=3,06g
PÉNTEK 2024.11.01.	Rostos almalé; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;					
	Óvoda: EN=257,90kcal FH=7,92g ZS=5,31g SZH=30,70g CK=0,08g SÓ=1,14g TZS=0,86g	Iskola: EN=319,00kcal FH=13,50g ZS=6,85g SZH=36,50g CK=0,10g SÓ=1,86g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=387,20kcal FH=17,40g ZS=7,74g SZH=47,20g CK=0,14g SÓ=2,43g TZS=0,98g	Óvoda: EN=479,05kcal FH=26,31g ZS=10,45g SZH=64,27g CK=6,06g SÓ=0,44g TZS=0,44g	Iskola: EN=609,84kcal FH=33,23g ZS=13,34g SZH=82,08g CK=7,70g SÓ=0,78g TZS=0,55g	K.Iskola: EN=721,89kcal FH=37,94g ZS=15,68g SZH=98,70g CK=9,22g SÓ=0,82g TZS=0,66g	Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.28.	Tej (2)*; Zöldf szerez harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Tárkonyos csirkeraguleves (gluténmentes); Pizzás csiga 60g GLUTÉNMENTES; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=645,24kcal FH=52,80g ZS=24,56g SZH=53,74g CK=9,30g SÓ=4,40g TZS=4,73g	Iskola: EN=667,24kcal FH=54,35g ZS=25,31g SZH=56,04g CK=11,60g SÓ=4,45g TZS=5,18g	K.Iskola: EN=1 246,48kcal FH=102,50g ZS=47,62g SZH=102,88g CK=14,00g SÓ=8,69g TZS=8,56g
KEDD 2024.10.29.	Rostos almálé; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	Csontleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'gluténmentes';	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=576,79kcal FH=47,22g ZS=13,84g SZH=53,12g CK=0,08g SÓ=3,84g TZS=1,70g	Iskola: EN=599,97kcal FH=49,60g ZS=14,85g SZH=54,09g CK=0,12g SÓ=3,84g TZS=1,70g	K.Iskola: EN=1 065,97kcal FH=94,44g ZS=29,24g SZH=97,32g CK=0,21g SÓ=7,67g TZS=3,40g
SZERDA 2024.10.30.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldségleves 'lisztmentes'; Tarihonyás csirke 'lisztmentes'; Uborkasaláta;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;
	Óvoda: EN=523,02kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=48,48g CK=5,07g SÓ=4,31g TZS=2,53g	Iskola: EN=545,26kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=51,18g CK=7,09g SÓ=4,81g TZS=2,67g	K.Iskola: EN=1 017,42kcal FH=93,13g ZS=29,24g SZH=96,29g CK=9,14g SÓ=8,86g TZS=4,43g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.31.	Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizi-bizi; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=670,74kcal FH=57,99g ZS=25,84g SZH=52,12g CK=9,24g SÓ=4,49g TZS=8,70g	Iskola: EN=724,14kcal FH=62,14g ZS=28,89g SZH=54,47g CK=11,54g SÓ=4,70g TZS=10,65g	K.Iskola: EN=1 234,58kcal FH=110,28g ZS=44,38g SZH=99,59g CK=13,88g SÓ=8,71g TZS=14,30g
PÉNTEK 2024.11.01.	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Óvoda: EN=584,54kcal FH=49,15g ZS=21,28g SZH=49,37g CK=5,74g SÓ=3,96g TZS=5,85g	Iskola: EN=588,54kcal FH=49,39g ZS=21,34g SZH=49,97g CK=5,74g SÓ=3,96g TZS=5,85g	K.Iskola: EN=1 047,58kcal FH=93,50g ZS=33,81g SZH=93,04g CK=5,78g SÓ=7,76g TZS=7,55g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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 2024.10.28.	Tej (2)*; Zöldb szerez harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=289,00kcal FH=12,72g ZS=12,57g SZH=31,27g CK=9,53g SÓ=1,22g TZS=3,21g	Iskola: EN=322,20kcal FH=14,71g ZS=13,37g SZH=35,82g CK=11,86g SÓ=1,34g TZS=3,68g	K.Iskola: EN=444,40kcal FH=18,87g ZS=23,24g SZH=39,89g CK=14,22g SÓ=1,78g TZS=5,36g
KEDD 2024.10.29.	Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborka;	Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;	Csirke májkrém 30g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=133,27kcal FH=7,14g ZS=1,85g SZH=21,70g CK=0,36g SÓ=0,66g TZS=0,18g	Iskola: EN=168,01kcal FH=9,96g ZS=2,91g SZH=24,96g CK=0,46g SÓ=0,73g TZS=0,20g	K.Iskola: EN=176,97kcal FH=10,82g ZS=3,30g SZH=25,43g CK=0,50g SÓ=0,76g TZS=0,20g
SZERDA 2024.10.30.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepaprikás; Pírtott tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SÓ=1,13g TZS=1,01g	Iskola: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=178,50kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,24g CK=0,30g SÓ=1,95g TZS=1,23g
CSÜTÖRTÖK 2024.10.31.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizi-bizi;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Iskola: EN=270,18kcal FH=14,75g ZS=13,20g SZH=22,84g CK=0,37g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=301,58kcal FH=17,35g ZS=15,50g SZH=22,89g CK=0,37g SÓ=1,50g TZS=8,40g
PÉNTEK 2024.11.01.	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SÓ=0,78g TZS=4,33g	Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SÓ=0,85g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SÓ=0,85g TZS=4,35g
Óvoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g	Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=76,55g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Óvoda: EN=721,89kcal FH=37,94g ZS=15,68g SZH=98,70g CK=9,22g SÓ=0,82g TZS=0,66g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,09g	0,27g
Almamártás Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	153,39kcal	1,77g	4,45g	25,11g	17,10g	0,04g	0,20g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyafelzék 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves tejfölös Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	107,80kcal	2,61g	2,70g	16,86g	0,89g	0,05g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Chilis babdiéta Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárzabab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	338,45kcal	20,04g	14,36g	30,08g	1,16g	0,16g	0,23g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirke májkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,66g
Csirke májkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,06g	0,82g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	0,47g	0,70g
Diós metélt Összetétel: Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,03g	0,10g
Finomf. zselé tej Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,13g	0,63g
F. tit burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
F. tit virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Frankfurti leves liszt, tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Házi zöldéses sertés húskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,96kcal	15,31g	7,25g	3,19g	0,32g	0,50g	0,41g
Húsgombóc sült tojásment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,18g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Mustár diéta Összetétel: Mustár	18,80kcal	1,00g	1,20g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
szibarackleves tejszínes Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,09kcal	1,24g	0,69g	24,31g	19,90g	0,04g	0,17g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsomleves Összetétel: Betű teszta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,06g	0,33g
Paradicsommártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	144,11kcal	20,02g	5,44g	3,26g	0,00g	0,30g	0,50g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pulyka aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	174,37kcal	17,03g	11,04g	0,75g	0,13g	0,30g	0,40g
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	369,74kcal	23,91g	14,80g	30,88g	3,86g	0,56g	2,57g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Rostonnal zöldf. szerez Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100% narancs Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtos-tejfölös tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,15g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Szarvacska tészta gluténment Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegefűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,18g	0,32g
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,30g	0,71g
Tárkonyos csirkeguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,26g	0,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tauris Királyszalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	234,50kcal	9,39g	3,15g	56,65g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejles kiörlés kenyér Összetétel: Tejles kiörlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,15g	0,26g
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,06g	0,26g
Zala Komóta Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
Zöldbabf zelék Összetétel: Bioacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	138,93kcal	4,42g	5,15g	17,38g	5,28g	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsóf zelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	226,21kcal	9,04g	4,90g	34,91g	15,84g	0,21g	0,84g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Zöldf szemes harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldszegyes 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Adalékmentes kenyér Ebéd Összetétel: Adalékmentes kenyér	75,30kcal	2,22g	0,24g	15,60g	0,06g	0,42g	0,12g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma mártás 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	124,99kcal	1,09g	2,05g	24,31g	17,10g	0,03g	0,20g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,37kcal	0,79g	0,16g	24,72g	19,90g	0,03g	0,00g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	0,45g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,06g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyafélék 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Chilis bab diéta Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárzabbab, Tartósítószermentes süített paradicsom, Vöröshagyma	338,45kcal	20,04g	14,36g	30,08g	1,16g	0,16g	0,23g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tejásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,06g	0,82g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	0,47g	0,70g
Diós metélt Összetétel: Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,03g	0,10g
Finomf. zelék liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	200,78kcal	6,58g	3,37g	34,11g	14,66g	0,21g	0,36g
F. tt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
F. tt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Frankfűti leves liszt-, tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Házi zöldéses sertés húskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,96kcal	15,31g	7,25g	3,19g	0,32g	0,50g	0,41g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Húsgombóc sült tojásmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,84kcal	4,50g	13,72g	68,60g	18,04g	0,30g	1,48g
Miláni makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,18g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
szibarack leves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	102,11kcal	1,12g	0,38g	23,87g	19,90g	0,04g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsomleves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,06g	0,33g
Paradicsommártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	335,58kcal	20,33g	11,93g	32,45g	2,85g	0,37g	0,57g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Rizstej Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Rostonnal zöldség szeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaiszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Rostos ivóvíz 100% narancs Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,15g	0,41g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Szarvacskateészta gluténmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacskateészta	249,08kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,18g	0,32g
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,30g	0,71g
Tárkonyos csirke raguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskockateészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,26g	0,21g
Tauris Királyszalámi Összetétel: Királyszalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergénmentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskockateészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,15g	0,26g
Vagdalt sertés (tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,06g	0,26g
Zala Komóta Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
Zöldbabf zelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	127,57kcal	4,15g	4,19g	17,06g	5,28g	0,02g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsóf zelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	196,05kcal	7,55g	4,26g	30,31g	14,00g	0,17g	0,48g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Zöldf szerez harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszerez harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldszagos rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,24kcal	18,06g	9,37g	41,67g	0,17g	0,05g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'	167,24kcal	3,86g	5,80g	36,22g	1,01g	0,26g	0,63g
Zöldes leves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma mártás 'Liszt, tejmentes' Összetétel: Citrom, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	128,58kcal	1,16g	2,06g	25,10g	17,10g	0,03g	0,20g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (lisztmentes, tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,06g	0,27g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	0,45g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étőlaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,06g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyaf zelék 'Liszt, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étőlaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,54kcal	4,54g	2,39g	33,46g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Chilis bab diéta Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étőlaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárzabb, Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	338,45kcal	20,04g	14,36g	30,08g	1,16g	0,16g	0,23g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,06g	0,82g
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,58kcal	1,03g	2,12g	8,94g	0,97g	0,05g	0,22g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	0,47g	0,70g
Finomf. zelék tejes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,13g	0,63g
F. tit burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Frankfurti leves liszt-, tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Házi zöldéses sertés húskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,96kcal	15,31g	7,25g	3,19g	0,32g	0,50g	0,41g
Húsgombóc sült tojásment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,36kcal	1,57g	3,08g	10,19g	3,54g	0,24g	0,33g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	157,14kcal	12,57g	6,31g	12,64g	0,03g	1,10g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	457,04kcal	43,99g	12,44g	42,77g	0,04g	3,81g	1,70g
KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. köles buci gluténmentes 60g	148,20kcal	2,34g	4,32g	22,80g	0,00g	0,72g	0,54g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Miláni makaróni 'lisztmentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,18g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Szibarackleves tejfel 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	105,65kcal	1,21g	0,68g	23,99g	19,90g	0,04g	0,17g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsomleves 'lisztmentes' Összetétel: Betű teszta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,06g	0,03g
Paradicsommártás 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Petrezselymes túrkrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Pizzás csiga 60g GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. Pizzás csiga 60 g GLUTÉNMENTES	147,60kcal	1,80g	6,78g	18,00g	0,48g	0,60g	5,40g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	369,74kcal	23,91g	14,80g	30,88g	3,86g	0,56g	2,57g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Rostonhal zöldf. szeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100% narancs Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtos-tejfölös tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Szarvacskateészta gluténmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacskateészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
Tarhonyaleves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,71kcal	1,87g	3,17g	15,38g	1,02g	0,18g	0,32g
Tarhonyás csirke 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	363,09kcal	19,64g	10,82g	44,99g	0,51g	0,12g	0,61g
Tárkonyos csirkeguleves (gluténmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskockateészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	118,63kcal	11,28g	4,63g	7,33g	0,97g	0,33g	0,21g
Tauris Királyszalámi Összetétel: Királyszalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
Vagdalt sertés (tojás, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,06g	0,26g
Zala Komóta Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves (gluténmentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	101,82kcal	3,07g	3,28g	14,07g	2,37g	0,19g	0,36g
Zöldbabfőzelék tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	148,24kcal	4,58g	4,71g	20,53g	5,28g	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	66,49kcal	3,18g	0,39g	11,99g	2,93g	0,05g	0,05g
Zöldborsófőzelék tejjel 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	224,42kcal	9,00g	4,89g	34,52g	15,84g	0,21g	0,84g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldéses rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étőlaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma	352,10kcal	19,29g	11,04g	39,28g	0,17g	0,11g	1,15g
Zöldéses rizs Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'	167,24kcal	3,86g	5,80g	36,22g	1,01g	0,26g	0,63g
Zöldéses leves 'lisztmentes' Összetétel: Étőlaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma mártás tejmentes 'cukormentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	104,99kcal	1,09g	2,05g	19,31g	12,10g	0,03g	0,20g
Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,78kcal	0,72g	0,15g	13,93g	9,90g	0,03g	0,00g
Bakonyi sertéstopkány Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	144,19kcal	13,69g	7,88g	3,78g	0,46g	0,22g	0,67g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,06g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyaf zelék 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,86kcal	16,89g	7,89g	1,31g	0,34g	0,06g	0,41g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,06g	0,82g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Finomf. zselé cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Polysweet, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	170,00kcal	7,31g	3,62g	25,09g	8,04g	0,34g	0,63g
F. t. burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Frankfurti leves liszt-, tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vírslí, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,36kcal	4,36g	7,90g	60,19g	0,42g	0,30g	0,71g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,96kcal	15,31g	7,25g	3,19g	0,32g	0,50g	0,41g
Húsgombóc sült tojásmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,03g	0,01g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,08g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbens leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Miláni makaróni 'Okormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	433,54kcal	14,84g	18,51g	50,00g	2,98g	0,18g	0,33g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Örlött fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
szibarack leves (okormentes, tejmentes) Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,68kcal	1,15g	0,39g	14,20g	9,90g	0,04g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsomleves 'Okormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	57,95kcal	1,84g	0,34g	11,73g	2,48g	0,06g	0,03g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsommártás 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	83,25kcal	3,03g	2,28g	12,54g	5,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,56kcal	3,87g	2,36g	16,61g	2,97g	0,07g	0,24g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Pírtott tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,53kcal	2,43g	6,72g	46,48g	0,13g	0,30g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Rakott brokkoli kölesel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	335,58kcal	20,33g	11,93g	32,45g	2,85g	0,37g	0,57g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizseshús 'sertés' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,76kcal	14,58g	10,48g	24,49g	0,25g	0,45g	0,60g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Rostonhal zöldf. szerez Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Örölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtos tészta (diabetikus) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	329,20kcal	9,14g	11,47g	46,61g	0,00g	0,43g	4,15g
Sajtos-tejfölös tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,15g	0,41g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárzabaf zelék tej-,liszt-, cukormentes Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárzabaf, Vöröshagyma	223,93kcal	11,60g	3,35g	35,56g	0,08g	0,15g	0,30g
Szarvacskatészta gluténmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacskatészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,38kcal	0,91g	0,72g	9,72g	5,22g	0,03g	0,00g
Tarhonyaleves (burgonyamentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kóménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,22g	2,20g	11,43g	1,02g	0,18g	0,22g
Tárkonyos csirkeguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,26g	0,21g
Tauris Királyszalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi zöldséges 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Id szak: 2024.10.01.-től 2024.10.31.-ig

Étel név , összetevő k	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,72kcal	0,00g	0,00g	0,06g	0,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	179,60kcal	8,75g	3,12g	40,76g	9,20g	0,23g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kígyó uborka, Só 'jódozott'	8,49kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,15g	0,00g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,18g	16,28g	4,83g	0,34g	0,15g	0,21g
Vagdalt sertés (tojás, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,06g	0,26g
Zala Komóta Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejfmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
Zöldbabf zelék (tejfölös, cukormentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,27kcal	4,39g	5,15g	15,25g	3,28g	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g

