

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Gulyás leves sertéshússal; Darásmetélt; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2022.10.03.					
Óvoda: EN=390,45kcal FH=19,09g ZS=15,53g SZH=43,25g CK=10,28g SO=1,51g TZS=4,89g		Óvoda: EN=689,52kcal FH=15,29g ZS=17,40g SZH=114,98g CK=33,04g SO=1,64g TZS=1,33g		Óvoda: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SO=1,70g TZS=2,44g	
Iskola: EN=422,45kcal FH=20,83g ZS=16,99g SZH=46,41g CK=12,58g SO=1,58g TZS=5,74g		Iskola: EN=897,68kcal FH=22,16g ZS=20,77g SZH=151,33g CK=39,20g SO=2,54g TZS=1,44g		Iskola: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SO=1,70g TZS=2,44g	
Kiskola: EN=693,40kcal FH=35,18g ZS=24,76g SZH=82,41g CK=15,98g SO=3,02g TZS=1,37g		Kiskola: EN=1060,38kcal FH=26,50g ZS=25,12g SZH=177,11g CK=39,43g SO=3,54g TZS=1,74g		Kiskola: EN=640,30kcal FH=32,24g ZS=25,82g SZH=69,75g CK=2,16g SO=3,50g TZS=4,87g	
Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Karalábé leves 'lisztmentes'; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
KEDD 2022.10.04.					
Óvoda: EN=407,21kcal FH=23,28g ZS=15,58g SZH=43,25g CK=10,33g SO=2,09g TZS=4,79g		Óvoda: EN=507,73kcal FH=17,13g ZS=19,24g SZH=66,57g CK=18,71g SO=0,98g TZS=0,79g		Óvoda: EN=312,65kcal FH=14,73g ZS=13,24g SZH=33,81g CK=1,20g SO=1,71g TZS=2,69g	
Iskola: EN=453,97kcal FH=27,09g ZS=17,82g SZH=45,93g CK=12,63g SO=2,38g TZS=5,64g		Iskola: EN=684,03kcal FH=22,44g ZS=27,33g SZH=82,69g CK=25,68g SO=2,47g TZS=1,19g		Iskola: EN=352,85kcal FH=16,73g ZS=16,64g SZH=34,21g CK=1,32g SO=2,11g TZS=3,89g	
Kiskola: EN=756,12kcal FH=45,62g ZS=27,19g SZH=81,88g CK=16,07g SO=4,09g TZS=1,27g		Kiskola: EN=775,14kcal FH=25,52g ZS=32,68g SZH=95,19g CK=29,81g SO=3,48g TZS=1,42g		Kiskola: EN=813,80kcal FH=30,46g ZS=24,68g SZH=67,81g CK=2,46g SO=3,72g TZS=5,27g	
Toast sonkás felvágott (diéta); Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldségfőztes (9)*; Riz-bizi;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
SZERDA 2022.10.05.					
Óvoda: EN=306,93kcal FH=14,79g ZS=10,19g SZH=39,12g CK=6,11g SO=1,81g TZS=1,82g		Óvoda: EN=379,58kcal FH=16,12g ZS=17,03g SZH=51,24g CK=3,77g SO=2,21g TZS=1,79g		Óvoda: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=7,08g SO=1,46g TZS=5,09g	
Iskola: EN=329,17kcal FH=16,85g ZS=10,53g SZH=41,81g CK=8,13g SO=2,31g TZS=1,75g		Iskola: EN=512,08kcal FH=21,28g ZS=22,07g SZH=47,50g CK=6,63g SO=3,28g TZS=2,31g		Iskola: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=7,08g SO=1,46g TZS=5,09g	
Kiskola: EN=585,24kcal FH=30,61g ZS=17,05g SZH=77,57g CK=11,22g SO=3,97g TZS=2,61g		Kiskola: EN=613,22kcal FH=25,92g ZS=26,03g SZH=87,50g CK=6,63g SO=4,65g TZS=2,75g		Kiskola: EN=606,40kcal FH=30,59g ZS=21,58g SZH=72,81g CK=8,16g SO=2,87g TZS=5,87g	
Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
CSÜTÖRTÖK 2022.10.06.					
Óvoda: EN=286,17kcal FH=15,00g ZS=7,68g SZH=39,12g CK=6,13g SO=1,41g TZS=0,79g		Óvoda: EN=507,53kcal FH=25,44g ZS=15,87g SZH=63,11g CK=21,74g SO=0,35g TZS=1,38g		Óvoda: EN=310,45kcal FH=14,94g ZS=12,84g SZH=34,35g CK=1,13g SO=1,75g TZS=2,53g	
Iskola: EN=320,33kcal FH=16,74g ZS=9,39g SZH=41,85g CK=8,16g SO=1,41g TZS=0,79g		Iskola: EN=686,31kcal FH=33,15g ZS=20,60g SZH=88,04g CK=29,56g SO=1,66g TZS=1,78g		Iskola: EN=347,25kcal FH=17,05g ZS=15,44g SZH=35,12g CK=1,17g SO=2,19g TZS=3,57g	
Kiskola: EN=582,18kcal FH=30,24g ZS=16,58g SZH=77,60g CK=11,22g SO=2,92g TZS=1,57g		Kiskola: EN=609,78kcal FH=37,85g ZS=24,53g SZH=105,48g CK=26,70g SO=2,48g TZS=2,25g		Kiskola: EN=606,60kcal FH=30,84g ZS=23,18g SZH=68,91g CK=2,27g SO=3,82g TZS=4,88g	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2022.10.07.					
Óvoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=54,09g CK=21,08g SO=1,78g TZS=6,02g		Óvoda: EN=535,82kcal FH=21,73g ZS=19,48g SZH=62,32g CK=2,88g SO=1,63g TZS=1,98g		Óvoda: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=35,30g CK=1,14g SO=1,70g TZS=2,02g	
Iskola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=54,11g CK=21,08g SO=1,95g TZS=7,52g		Iskola: EN=699,60kcal FH=28,02g ZS=27,26g SZH=97,92g CK=3,30g SO=2,94g TZS=2,75g		Iskola: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=35,30g CK=1,14g SO=1,70g TZS=2,02g	
Kiskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=87,56g CK=22,18g SO=3,52g TZS=9,80g		Kiskola: EN=605,83kcal FH=32,04g ZS=30,99g SZH=90,75g CK=3,79g SO=3,17g TZS=3,16g		Kiskola: EN=683,50kcal FH=30,80g ZS=30,98g SZH=70,59g CK=2,28g SO=3,50g TZS=4,03g	



Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 6724 Szeged, Kenyérágyár út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
 E-mail: marketing@sull-host.hu

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
 TZS=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
 Szegedi ÖVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Őszibarackleves tejjel 'lisztmentes' (2)*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Őszibarack;	
HÉTFŐ 2022.10.10.		Óvoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=54,06g CK=21,08g SO=1,79g IZS=6,02g Iskola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=64,11g CK=21,08g SO=1,95g IZS=7,52g Kisiskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=87,56g CK=22,16g SO=3,52g IZS=9,80g		Óvoda: EN=317,55kcal FH=13,50g ZS=9,84g SZH=43,31g CK=1,08g SO=1,31g IZS=1,49g Iskola: EN=333,95kcal FH=13,78g ZS=9,84g SZH=46,91g CK=1,08g SO=1,31g IZS=1,49g Kisiskola: EN=574,90kcal FH=26,51g ZS=16,18g SZH=80,31g CK=2,16g SO=2,72g IZS=2,27g	
Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sertés sült; Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes); Kenyér 'gluténmentes';		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
KEDD 2022.10.11.		Óvoda: EN=369,05kcal FH=18,13g ZS=15,27g SZH=40,26g CK=7,08g SO=1,46g IZS=5,09g Iskola: EN=371,45kcal FH=18,33g ZS=15,23g SZH=40,23g CK=7,08g SO=1,46g IZS=5,09g Kisiskola: EN=613,60kcal FH=31,16g ZS=21,64g SZH=73,83g CK=8,16g SO=2,87g IZS=5,87g		Óvoda: EN=332,45kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=49,89g CK=17,50g SO=1,31g IZS=1,49g Iskola: EN=332,45kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=49,89g CK=17,50g SO=1,31g IZS=1,49g Kisiskola: EN=573,40kcal FH=25,46g ZS=16,18g SZH=83,29g CK=18,58g SO=2,72g IZS=2,27g	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacska tészta gluténment; Káposzta salátája;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
SZERDA 2022.10.12.		Óvoda: EN=384,45kcal FH=18,73g ZS=15,44g SZH=42,61g CK=10,28g SO=1,51g IZS=4,88g Iskola: EN=412,45kcal FH=20,23g ZS=16,84g SZH=44,91g CK=12,58g SO=1,56g IZS=5,74g Kisiskola: EN=681,40kcal FH=34,46g ZS=24,56g SZH=80,61g CK=15,86g SO=3,02g IZS=7,37g		Óvoda: EN=318,65kcal FH=15,09g ZS=13,39g SZH=34,71g CK=1,20g SO=1,17g IZS=2,69g Iskola: EN=367,85kcal FH=17,33g ZS=16,79g SZH=35,71g CK=1,32g SO=2,11g IZS=3,89g Kisiskola: EN=625,90kcal FH=31,18g ZS=24,86g SZH=69,61g CK=2,46g SO=3,72g IZS=5,27g	
CSÜTÖRTÖK 2022.10.13.		Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldséges harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
Óvoda: EN=307,17kcal FH=14,79g ZS=10,19g SZH=39,14g CK=6,13g SO=1,81g IZS=1,62g Iskola: EN=329,53kcal FH=16,85g ZS=10,53g SZH=41,84g CK=6,15g SO=2,31g IZS=1,75g Kisiskola: EN=585,47kcal FH=30,61g ZS=17,05g SZH=77,59g CK=11,23g SO=3,97g IZS=2,61g		Óvoda: EN=507,91kcal FH=26,01g ZS=17,11g SZH=56,91g CK=1,37g SO=2,11g IZS=1,23g Iskola: EN=677,90kcal FH=40,76g ZS=27,74g SZH=87,37g CK=2,50g SO=5,24g IZS=2,15g Kisiskola: EN=796,06kcal FH=40,76g ZS=27,74g SZH=87,37g CK=2,50g SO=5,24g IZS=2,15g		Óvoda: EN=344,5kcal FH=15,64g ZS=15,49g SZH=35,69g CK=1,14g SO=1,17g IZS=2,02g Iskola: EN=347,15kcal FH=15,84g ZS=15,51g SZH=36,03g CK=1,14g SO=1,17g IZS=2,02g Kisiskola: EN=589,50kcal FH=31,28g ZS=30,98g SZH=69,61g CK=2,28g SO=3,50g IZS=4,03g	
PÉNTEK 2022.10.14.		Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Óvoda: EN=390,45kcal FH=19,09g ZS=15,53g SZH=43,51g CK=10,28g SO=1,51g IZS=4,88g Iskola: EN=422,45kcal FH=20,83g ZS=16,99g SZH=46,41g CK=15,96g SO=1,56g IZS=5,74g Kisiskola: EN=693,40kcal FH=35,18g ZS=24,76g SZH=82,41g CK=15,96g SO=3,02g IZS=7,37g		Óvoda: EN=620,92kcal FH=32,98g ZS=18,45g SZH=71,51g CK=1,73g SO=2,45g IZS=1,98g Iskola: EN=743,48kcal FH=40,56g ZS=21,89g SZH=91,45g CK=10,24g SO=3,84g IZS=2,32g Kisiskola: EN=1026,58kcal FH=59,91g ZS=25,25g SZH=134,88g CK=12,68g SO=6,05g IZS=2,72g		Óvoda: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=48,41g CK=14,33g SO=1,31g IZS=1,49g Iskola: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=48,41g CK=14,33g SO=1,31g IZS=1,49g Kisiskola: EN=638,40kcal FH=25,46g ZS=16,18g SZH=86,81g CK=28,68g SO=2,72g IZS=2,27g	

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

SULI-HOST

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

0300A1 Gluténmentes

Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO.
TZS=Téltelt zsír.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Suli-Host
Étkezései
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárzababfőzelék lisztment. tejfőltös (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tejfőltös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika.	
HÉTFŐ 2022.10.17.		Övoda: EN=361,63kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=40,22g CK=6,17g SÓ=1,70g Tzs=2,02g Iskola: EN=369,87kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=42,24g CK=8,19g SÓ=1,70g Tzs=2,02g Kisiskola: EN=719,14kcal FH=30,68g ZS=30,92g SZH=79,42g CK=11,34g SÓ=3,50g Tzs=4,03g		Övoda: EN=670,64kcal FH=32,54g ZS=24,03g SZH=81,50g CK=4,12g SÓ=3,58g Tzs=6,19g Iskola: EN=785,68kcal FH=36,83g ZS=27,43g SZH=99,09g CK=4,97g SÓ=4,29g Tzs=6,50g Kisiskola: EN=1390,98kcal FH=68,95g ZS=43,12g SZH=142,11g CK=6,86g SÓ=7,73g Tzs=11,88g	
Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Csontleves 'lisztmentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ingyen (5)*; Párolt tízsz;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
KEDD 2022.10.18.		Övoda: EN=425,93kcal FH=23,32g ZS=17,65g SZH=43,25g CK=10,33g SÓ=2,09g Tzs=4,99g Iskola: EN=490,31kcal FH=27,14g ZS=21,83g SZH=45,93g CK=12,63g SÓ=2,38g Tzs=6,04g Kisiskola: EN=786,27kcal FH=43,17g ZS=31,64g SZH=81,84g CK=16,02g SÓ=4,11g Tzs=7,89g		Övoda: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=8,84g SZH=48,41g CK=14,33g SÓ=1,31g Tzs=1,49g Iskola: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=48,41g CK=14,33g SÓ=1,31g Tzs=1,49g Kisiskola: EN=638,40kcal FH=25,46g ZS=16,18g SZH=96,81g CK=28,66g SÓ=2,72g Tzs=2,27g	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Lebbence leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék tejes (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Csirkemájkrem 30g; Kenyér 'gluténmentes';	
SZERDA 2022.10.19.		Övoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,92g SZH=44,06g CK=21,08g SÓ=1,79g Tzs=6,02g Iskola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=54,11g CK=21,08g SÓ=1,98g Tzs=7,52g Kisiskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=81,56g CK=22,16g SÓ=3,52g Tzs=8,80g		Övoda: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SÓ=1,70g Tzs=2,44g Iskola: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SÓ=1,70g Tzs=2,44g Kisiskola: EN=640,30kcal FH=32,24g ZS=25,82g SZH=69,76g CK=2,16g SÓ=3,50g Tzs=4,87g	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal (9)*; Tölt burgonya; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'gluténmentes';		Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	
CSÜTÖRTÖK 2022.10.20.		Övoda: EN=418,55kcal FH=19,17g ZS=15,44g SZH=50,31g CK=10,28g SÓ=1,61g Tzs=4,89g Iskola: EN=458,95kcal FH=20,83g ZS=18,84g SZH=55,41g CK=12,58g SÓ=1,56g Tzs=5,74g Kisiskola: EN=727,90kcal FH=35,06g ZS=24,59g SZH=91,11g CK=15,96g SÓ=3,02g Tzs=7,37g		Övoda: EN=690,91kcal FH=28,46g ZS=16,97g SZH=99,00g CK=19,53g SÓ=4,24g Tzs=1,79g Iskola: EN=808,89kcal FH=32,44g ZS=21,48g SZH=99,54g CK=24,69g SÓ=5,40g Tzs=2,24g Kisiskola: EN=1102,87kcal FH=49,13g ZS=33,12g SZH=167,70g CK=32,94g SÓ=8,36g Tzs=2,48g	
Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldborsó leves 'lisztmentes'; Milánói makaróni 'lisztmentes'; Sajtszórat (2)*; Alma;		Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2022.10.21.		Övoda: EN=331,77kcal FH=15,33g ZS=12,84g SZH=38,77g CK=6,17g SÓ=1,64g Tzs=2,57g Iskola: EN=378,73kcal FH=17,93g ZS=15,84g SZH=41,10g CK=8,23g SÓ=1,97g Tzs=3,65g Kisiskola: EN=648,98kcal FH=31,96g ZS=23,68g SZH=76,65g CK=11,33g SÓ=3,84g Tzs=4,97g		Övoda: EN=605,37kcal FH=22,36g ZS=22,35g SZH=75,79g CK=11,91g SÓ=1,31g Tzs=2,63g Iskola: EN=803,58kcal FH=29,55g ZS=30,22g SZH=99,54g CK=15,44g SÓ=2,40g Tzs=3,55g Kisiskola: EN=933,62kcal FH=43,33g ZS=33,58g SZH=120,11g CK=18,60g SÓ=2,41g Tzs=3,62g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérpátri út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap név:

0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO;
Tzs=Telített zsírsav
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Műstár; 12=Szénhidrát; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer
SULL-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081) **Sull-Host**
Étkezési Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetélt; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2022.10.24.	Övoda: EN=444,45kcal FH=18,73g ZS=15,44g SZH=59,09g CK=26,70g SÓ=1,51g Tzs=4,89g Iskola: EN=472,45kcal FH=20,23g ZS=16,84g SZH=61,39g CK=29,00g SÓ=1,58g Tzs=5,74g K. Iskola: EN=741,40kcal FH=34,46g ZS=24,59g SZH=87,09g CK=32,38g SÓ=3,02g Tzs=7,37g		Övoda: EN=647,96kcal FH=10,28g ZS=16,69g SZH=111,90g CK=32,22g SÓ=2,67g Tzs=3,40g Iskola: EN=886,53kcal FH=14,72g ZS=23,01g SZH=144,72g CK=38,28g SÓ=4,11g Tzs=5,22g K. Iskola: EN=989,94kcal FH=16,80g ZS=26,08g SZH=166,66g CK=38,32g SÓ=4,61g Tzs=5,47g		Övoda: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=35,30g CK=1,14g SÓ=1,70g Tzs=2,02g Iskola: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=35,30g CK=1,14g SÓ=1,70g Tzs=2,02g K. Iskola: EN=683,50kcal FH=30,80g ZS=30,98g SZH=70,59g CK=2,28g SÓ=3,50g Tzs=4,03g	
KEDD 2022.10.25.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tarthonyaleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés/tojás-'lisztmentes); Zöldborsó főzelék tejfel 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
	Övoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=54,06g CK=21,08g SÓ=1,79g Tzs=6,02g Iskola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=54,11g CK=21,08g SÓ=1,95g Tzs=6,52g K. Iskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=87,56g CK=22,16g SÓ=3,52g Tzs=9,80g		Övoda: EN=792,42kcal FH=34,74g ZS=31,66g SZH=88,13g CK=16,28g SÓ=2,50g Tzs=2,53g Iskola: EN=953,88kcal FH=41,13g ZS=39,30g SZH=103,66g CK=24,38g SÓ=3,90g Tzs=2,98g K. Iskola: EN=1288,16kcal FH=58,72g ZS=44,47g SZH=157,05g CK=33,60g SÓ=6,42g Tzs=3,51g		Övoda: EN=278,45kcal FH=13,09g ZS=9,93g SZH=34,31g CK=1,08g SÓ=1,31g Tzs=1,49g Iskola: EN=282,45kcal FH=13,33g ZS=9,99g SZH=34,91g CK=1,08g SÓ=1,31g Tzs=1,49g K. Iskola: EN=525,40kcal FH=26,18g ZS=16,36g SZH=68,61g CK=2,16g SÓ=2,72g Tzs=2,27g	
SZERDA 2022.10.26.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';		Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;		Tejfőlés túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
	Övoda: EN=432,15kcal FH=22,12g ZS=18,51g SZH=44,08g CK=10,28g SÓ=1,90g Tzs=5,84g Iskola: EN=460,15kcal FH=23,62g ZS=19,91g SZH=46,38g CK=12,58g SÓ=1,95g Tzs=6,89g K. Iskola: EN=808,30kcal FH=41,24g ZS=34,22g SZH=83,55g CK=15,98g SÓ=3,80g Tzs=9,97g		Övoda: EN=510,41kcal FH=26,29g ZS=15,46g SZH=61,63g CK=16,35g SÓ=1,23g Tzs=2,77g Iskola: EN=646,12kcal FH=33,38g ZS=19,37g SZH=76,52g CK=22,27g SÓ=1,92g Tzs=3,35g K. Iskola: EN=778,81kcal FH=41,63g ZS=23,88g SZH=92,19g CK=26,89g SÓ=2,74g Tzs=4,27g		Övoda: EN=289,05kcal FH=15,30g ZS=7,72g SZH=34,57g CK=1,08g SÓ=1,41g Tzs=0,79g Iskola: EN=297,25kcal FH=17,24g ZS=9,44g SZH=35,61g CK=1,08g SÓ=1,41g Tzs=0,79g K. Iskola: EN=552,30kcal FH=30,94g ZS=16,64g SZH=69,53g CK=2,16g SÓ=2,82g Tzs=1,57g	
CSÜTÖRTÖK 2022.10.27.	Őszibarack rostoslé (dobozos); Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás 'Liszt-, tejmentes'; Pírtott kukoricadara;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
	Övoda: EN=406,65kcal FH=14,73g ZS=13,24g SZH=55,81g CK=13,20g SÓ=1,71g Tzs=2,69g Iskola: EN=446,85kcal FH=16,73g ZS=16,64g SZH=56,21g CK=13,32g SÓ=2,11g Tzs=3,89g K. Iskola: EN=707,90kcal FH=30,46g ZS=24,68g SZH=88,81g CK=14,46g SÓ=3,72g Tzs=5,27g		Övoda: EN=512,20kcal FH=21,77g ZS=17,44g SZH=58,23g CK=18,08g SÓ=1,12g Tzs=1,22g Iskola: EN=693,53kcal FH=27,17g ZS=23,56g SZH=82,30g CK=25,40g SÓ=2,41g Tzs=1,73g K. Iskola: EN=850,61kcal FH=31,95g ZS=29,51g SZH=101,43g CK=32,60g SÓ=3,11g Tzs=2,23g		Övoda: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=7,08g SÓ=1,46g Tzs=5,09g Iskola: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=7,08g SÓ=1,46g Tzs=5,09g K. Iskola: EN=608,40kcal FH=30,56g ZS=21,58g SZH=72,81g CK=8,16g SÓ=2,87g Tzs=5,87g	
PÉNTEK 2022.10.28.	Kefir (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes';		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken 'lisztmentes'; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
	Övoda: EN=400,33kcal FH=21,82g ZS=17,27g SZH=39,24g CK=6,83g SÓ=2,04g Tzs=5,04g Iskola: EN=434,31kcal FH=23,94g ZS=20,03g SZH=39,28g CK=6,83g SÓ=2,28g Tzs=5,24g K. Iskola: EN=701,07kcal FH=38,37g ZS=28,43g SZH=72,72g CK=7,92g SÓ=3,98g Tzs=6,24g		Övoda: EN=467,07kcal FH=25,21g ZS=18,37g SZH=69,99g CK=5,53g SÓ=1,80g Tzs=1,27g Iskola: EN=598,67kcal FH=32,43g ZS=22,08g SZH=82,63g CK=6,91g SÓ=3,54g Tzs=1,48g K. Iskola: EN=683,91kcal FH=36,60g ZS=24,92g SZH=96,03g CK=8,24g SÓ=4,33g Tzs=1,70g		Övoda: EN=286,45kcal FH=14,79g ZS=10,18g SZH=34,08g CK=1,08g SÓ=1,81g Tzs=1,62g Iskola: EN=300,45kcal FH=16,85g ZS=10,53g SZH=34,75g CK=1,08g SÓ=2,31g Tzs=1,75g K. Iskola: EN=548,40kcal FH=30,61g ZS=17,05g SZH=68,50g CK=2,16g SÓ=3,97g Tzs=2,61g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk SULI-HOST Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puntesztűek SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kanyarógyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Étlap név: 0300A1 Gluténmentes Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0						

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tárkonyos csirkereguleves (gluténmentes); Gránátos kocka 'lisztmentes'; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2022.10.31.						
Óvoda: EN=453,15kcal FH=21,34g ZS=21,06g SZH=44,38g CK=10,34g SO=1,98g Tzs=5,42g			Iskola: EN=481,15kcal FH=22,84g ZS=22,46g SZH=46,68g CK=12,64g SO=1,98g Tzs=6,27g			K.Iskola: EN=850,30kcal FH=39,68g ZS=39,32g SZH=84,15g CK=16,08g SO=3,80g Tzs=9,13g
Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;			Csontleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'gluténmentes';			Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';
KEDD 2022.11.01.						
Óvoda: EN=359,30kcal FH=16,32g ZS=7,88g SZH=55,64g CK=2,12g SO=1,41g Tzs=0,82g			Iskola: EN=384,08kcal FH=18,74g ZS=8,93g SZH=56,88g CK=2,16g SO=1,41g Tzs=0,82g			K.Iskola: EN=634,79kcal FH=32,34g ZS=16,68g SZH=90,88g CK=22,28g SO=2,92g Tzs=1,60g
Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';			Zöldségleves 'lisztmentes'; Tárkonyos csirke 'lisztmentes'; Uborkasaláta;			Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
SZERDA 2022.11.02.						
Óvoda: EN=310,53kcal FH=15,63g ZS=10,39g SZH=38,73g CK=6,15g SO=1,76g Tzs=1,71g			Iskola: EN=336,37kcal FH=18,53g ZS=10,94g SZH=41,03g CK=8,21g SO=2,20g Tzs=1,98g			K.Iskola: EN=594,24kcal FH=32,71g ZS=17,58g SZH=76,58g CK=11,32g SO=3,83g Tzs=2,83g
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';
CSÜTÖRTÖK 2022.11.03.						
Óvoda: EN=478,65kcal FH=26,53g ZS=22,34g SZH=42,78g CK=10,28g SO=1,98g Tzs=9,38g			Iskola: EN=538,05kcal FH=30,63g ZS=26,04g SZH=45,11g CK=12,58g SO=2,20g Tzs=11,74g			K.Iskola: EN=838,40kcal FH=47,46g ZS=36,08g SZH=80,88g CK=15,96g SO=3,82g Tzs=14,87g
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;			Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Tört burgonya;			Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
PÉNTEK 2022.11.04.						
Óvoda: EN=368,45kcal FH=17,88g ZS=15,18g SZH=40,01g CK=6,78g SO=1,46g Tzs=4,94g			Iskola: EN=372,45kcal FH=18,13g ZS=15,24g SZH=40,61g CK=6,78g SO=1,46g Tzs=4,94g			K.Iskola: EN=615,40kcal FH=30,98g ZS=21,61g SZH=74,31g CK=7,86g SO=2,87g Tzs=5,72g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Rákítékek; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Funestestiek

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

0300A1 Gluténmentes



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
 Tzs=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Ráktételek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatételek
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
 Szegedi ÖVI (www.ovi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST
 Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
 SULL-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Sull-Host
Étkezésterjesztési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.10.01.-től 2022.10.31.-ig

Étel név , összetevők	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 mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	128,58kcal	1,16g	2,06g	25,10g	17,10g	0,10g	0,20g
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	0,13g	0,27g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,20g	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	1,49g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó 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	0,10g	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	0,20g	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	0,20g	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	0,60g	0,82g
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	0,53g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,32g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
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	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. piritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,20g	0,82g
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsa tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,58kcal	1,03g	2,12g	8,94g	0,97g	0,14g	0,22g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.10.01.-től 2022.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Darásmetélt	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	1,51g	0,70g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta							
Finomfőzelék tej	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,86g	0,63g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'							
Főtt burgonya	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'							
Frankfurti leves liszt-,tejmentes	148,03kcal	5,37g	8,43g	11,96g	0,22g	1,17g	2,70g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli							
Gomba krémleves tej-, lisztmentes	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,22g	0,22g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gombás sertésragu	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,99g	0,40g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gránátos kocka 'lisztmentes'	337,07kcal	4,34g	7,90g	60,16g	0,42g	1,49g	0,71g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gulyás leves sertéshússal	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,13g	0,63g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Házi pulykahúskrém	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,58g	0,80g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'							
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,58g	0,60g
Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'							
Hentes sertés szelet 'lisztmentes'	175,56kcal	19,51g	8,87g	3,27g	0,32g	0,99g	0,41g
Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Húsgombóc sült	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,10g	0,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Húsos tészta	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	1,49g	0,40g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma							
Joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Összetétel: Natúr joghurt							
Káposzta saláta	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,10g	0,01g
Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'							
Karalábé leves 'lisztmentes'	76,36kcal	1,57g	3,08g	10,19g	3,54g	0,59g	0,33g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Összetétel: Kefir							
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes)	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,30g	0,21g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.10.01.-től 2022.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,21g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,31g	0,79g
Kigyó uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inycenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,96kcal	6,91g	8,33g	36,07g	0,24g	0,12g	0,78g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Örlt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,99g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,10g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,10g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,03kcal	2,15g	2,99g	16,59g	0,89g	0,58g	0,53g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,10g	0,00g
Milánói makaróni 'lisztmentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Örlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,53g	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, Örlt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,20g	0,70g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,99g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,50g	0,20g
Őszibarack Összetétel: Őszibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcslé	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Őszibarackleves tejjel 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	105,65kcal	1,21g	0,68g	23,99g	19,90g	0,11g	0,17g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.10.01.-től 2022.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	0,50g	1,02g
Paradicsom leves 'lisztmentes' Összetétel: Betűtészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,13g	0,03g
Paradicsom mártás 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,17g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,30g	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	0,20g	0,35g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,23g	0,21g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,50g	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	0,50g	1,20g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,20g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pritaminos csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,44kcal	13,06g	5,18g	4,93g	0,41g	0,50g	0,51g
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	0,50g	0,21g
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 '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma	372,38kcal	23,89g	15,09g	30,88g	3,86g	1,10g	2,74g
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	1,00g	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	0,55g	0,13g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.10.01.-től 2022.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	1,04g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcslé	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
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	0,51g	4,15g
Sajtszórát 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	0,99g	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	0,99g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,30g	0,20g
Sült hal Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	1,04g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárazbabfőzelék lisztment. tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	237,03kcal	11,77g	3,95g	37,26g	1,58g	0,50g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,50g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,11g	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	0,53g	0,32g
Tárkonyos csirkeraguleves (gluténmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	118,63kcal	11,28g	4,63g	7,33g	0,97g	1,02g	0,21g
Tauris Király szalámi 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	75,62kcal	1,06g	4,81g	6,74g	1,15g	0,23g	0,51g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.10.01.-től 2022.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	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	0,99g	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	0,50g	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	0,20g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betűtészta, 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	0,17g	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	0,54g	0,36g
Zöldbabszósz 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	0,21g	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	0,54g	0,05g
Zöldborsófőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,82kcal	7,76g	4,29g	32,68g	14,00g	0,52g	0,48g
Zöldborsófőzelék tejjel 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	229,22kcal	8,96g	5,41g	34,52g	15,84g	0,56g	1,16g
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	0,50g	0,32g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.10.01.-től 2022.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj '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	0,18g	1,15g
Zöldséges rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'	167,24kcal	3,86g	5,80g	36,22g	1,01g	0,78g	0,63g
Zöldségleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj '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	0,56g	0,28g