

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;			Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta 'sertéshús-, cukormentes' (9)*; Alma;			Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		
HÉTFŐ 2023.05.01.	Övoda: EN=170,30kcal FH=8,88g ZS=5,44g SZH=21,20g CK=0,27g SO=1,21g Tzs=0,88g			Övoda: EN=410,05kcal FH=14,35g ZS=6,68g SZH=7,32g CK=6,50g SO=0,89g Tzs=0,58g			Övoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SO=0,78g Tzs=4,33g		
	Iskola: EN=239,90kcal FH=15,02g ZS=7,05g SZH=25,56g CK=0,38g SO=2,00g Tzs=0,94g			Iskola: EN=588,71kcal FH=19,90g ZS=11,52g SZH=34,01g CK=8,24g SO=1,37g Tzs=1,05g			Iskola: EN=255,90kcal FH=10,02g ZS=9,35g SZH=32,76g CK=6,08g SO=0,99g Tzs=4,39g		
	Kiskola: EN=325,10kcal FH=20,05g ZS=8,08g SZH=42,39g CK=0,54g SO=2,71g Tzs=1,06g			Kiskola: EN=696,03kcal FH=26,19g ZS=13,17g SZH=51,21g CK=10,61g SO=1,72g Tzs=1,18g			Kiskola: EN=323,10kcal FH=12,63g ZS=9,65g SZH=46,29g CK=6,24g SO=1,41g Tzs=4,51g		
KEDD 2023.05.02.	Tej (2)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;			Csonthéves; Rakott zöldbab tejmentes;			Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;		
	Övoda: EN=332,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=56,50g CK=9,47g SO=0,83g Tzs=2,68g			Övoda: EN=437,22kcal FH=16,89g ZS=22,01g SZH=47,19g CK=5,31g SO=0,13g Tzs=0,92g			Övoda: EN=167,90kcal FH=8,81g ZS=5,38g SZH=20,81g CK=0,27g SO=1,21g Tzs=0,88g		
	Iskola: EN=387,90kcal FH=12,97g ZS=7,85g SZH=65,56g CK=11,86g SO=1,09g Tzs=3,19g			Iskola: EN=575,71kcal FH=22,43g ZS=20,09g SZH=58,68g CK=6,74g SO=0,22g Tzs=1,25g			Iskola: EN=235,90kcal FH=14,92g ZS=6,95g SZH=27,91g CK=0,38g SO=2,00g Tzs=0,94g		
	Kiskola: EN=589,10kcal FH=17,13g ZS=8,90g SZH=108,39g CK=14,34g SO=1,56g Tzs=3,76g			Kiskola: EN=745,71kcal FH=30,09g ZS=38,59g SZH=74,13g CK=10,11g SO=0,31g Tzs=1,62g			Kiskola: EN=320,30kcal FH=19,93g ZS=7,96g SZH=41,61g CK=0,54g SO=2,71g Tzs=1,06g		
SZERDA 2023.05.03.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;			Karálbé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfőlé (2)*;			Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		
	Övoda: EN=135,90kcal FH=4,21g ZS=3,99g SZH=20,81g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g			Övoda: EN=448,82kcal FH=24,05g ZS=13,27g SZH=53,23g CK=3,80g SO=0,54g Tzs=0,53g			Övoda: EN=203,10kcal FH=6,63g ZS=10,61g SZH=20,45g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=3,68g		
	Iskola: EN=171,90kcal FH=5,72g ZS=4,15g SZH=27,91g CK=0,36g SO=0,64g Tzs=0,94g			Iskola: EN=562,86kcal FH=29,73g ZS=18,10g SZH=64,11g CK=4,41g SO=1,00g Tzs=0,84g			Iskola: EN=283,90kcal FH=9,75g ZS=15,19g SZH=27,31g CK=0,41g SO=1,63g Tzs=5,57g		
	Kiskola: EN=240,30kcal FH=8,43g ZS=4,46g SZH=41,61g CK=0,54g SO=1,28g Tzs=1,06g			Kiskola: EN=643,37kcal FH=33,06g ZS=21,15g SZH=73,21g CK=5,10g SO=1,02g Tzs=1,04g			Kiskola: EN=351,10kcal FH=12,36g ZS=15,49g SZH=40,84g CK=0,55g SO=2,09g Tzs=6,69g		
CSÜTÖRTÖK 2023.05.04.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;			Lebencecs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Alma;			Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		
	Övoda: EN=223,90kcal FH=10,42g ZS=6,98g SZH=30,01g CK=9,47g SO=0,83g Tzs=2,68g			Övoda: EN=390,63kcal FH=23,34g ZS=11,73g SZH=51,23g CK=1,10g SO=0,53g Tzs=0,74g			Övoda: EN=170,90kcal FH=6,51g ZS=6,95g SZH=20,59g CK=0,31g SO=0,96g Tzs=1,98g		
	Iskola: EN=261,90kcal FH=13,47g ZS=7,90g SZH=39,41g CK=11,86g SO=1,09g Tzs=3,19g			Iskola: EN=494,83kcal FH=29,01g ZS=15,73g SZH=63,39g CK=1,23g SO=0,86g Tzs=1,10g			Iskola: EN=243,10kcal FH=10,42g ZS=10,10g SZH=27,66g CK=0,44g SO=1,50g Tzs=3,10g		
	Kiskola: EN=372,30kcal FH=17,73g ZS=8,96g SZH=55,41g CK=14,34g SO=1,56g Tzs=3,76g			Kiskola: EN=569,71kcal FH=32,32g ZS=18,90g SZH=72,68g CK=1,43g SO=1,03g Tzs=1,46g			Kiskola: EN=329,60kcal FH=14,33g ZS=11,90g SZH=41,34g CK=0,64g SO=2,08g Tzs=3,76g		
PÉNTEK 2023.05.05.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;			Zöldsegleves 'tej-, cukormentes'; Mustáros sertészelet (diéta) (11)*; Párolt rizs;			Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		
	Övoda: EN=230,82kcal FH=12,02g ZS=10,88g SZH=21,02g CK=0,32g SO=1,11g Tzs=5,39g			Övoda: EN=480,51kcal FH=23,03g ZS=23,41g SZH=60,10g CK=2,37g SO=0,17g Tzs=1,78g			Övoda: EN=207,00kcal FH=6,88g ZS=9,66g SZH=22,98g CK=0,33g SO=1,02g Tzs=1,41g		
	Iskola: EN=298,58kcal FH=16,12g ZS=13,35g SZH=28,20g CK=0,43g SO=1,48g Tzs=6,94g			Iskola: EN=609,51kcal FH=29,77g ZS=28,94g SZH=79,17g CK=3,04g SO=0,25g Tzs=2,18g			Iskola: EN=244,60kcal FH=8,43g ZS=9,87g SZH=30,33g CK=0,42g SO=1,23g Tzs=1,47g		
	Kiskola: EN=398,38kcal FH=21,43g ZS=15,96g SZH=41,96g CK=0,61g SO=2,06g Tzs=6,56g			Kiskola: EN=722,48kcal FH=33,14g ZS=34,10g SZH=97,33g CK=3,66g SO=0,37g Tzs=2,65g			Kiskola: EN=414,00kcal FH=13,77g ZS=19,32g SZH=45,93g CK=0,66g SO=2,04g Tzs=2,82g		

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabetessz

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
 Tzs=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diótélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Rákétélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Ken-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pináteszték
 Szegedi OVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatás telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
 Étkeztetési
 Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna			
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Meggyleves (cukormentes, tejment.) (15)*; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;			
HÉTFŐ 2023.05.08.		Óvoda: EN=326,04kcal FH=15,46g ZS=10,01g SZH=56,58g CK=11,75g SO=1,38g Tzs=0,62g Iskola: EN=405,77kcal FH=18,75g ZS=12,78g SZH=69,45g CK=15,66g SO=1,84g Tzs=0,82g Kiskola: EN=475,42kcal FH=21,96g ZS=15,54g SZH=80,06g CK=17,28g SO=2,16g Tzs=1,03g		Óvoda: EN=201,60kcal FH=6,58g ZS=9,60g SZH=22,18g CK=0,33g SO=1,02g Tzs=1,41g Iskola: EN=235,20kcal FH=7,89g ZS=9,75g SZH=28,95g CK=0,42g SO=1,23g Tzs=1,47g Kiskola: EN=403,20kcal FH=13,17g ZS=19,20g SZH=44,37g CK=0,66g SO=2,04g Tzs=2,82g			
Tea (diabetikus) (15)*; Főtt virsi 'diéta'; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Alma;			
KEDD 2023.05.09.		Óvoda: EN=541,15kcal FH=21,96g ZS=20,69g SZH=64,79g CK=2,06g SO=0,37g Tzs=1,22g Iskola: EN=709,61kcal FH=28,15g ZS=27,20g SZH=86,29g CK=3,53g SO=0,76g Tzs=1,64g Kiskola: EN=832,95kcal FH=31,98g ZS=32,86g SZH=104,21g CK=4,28g SO=0,87g Tzs=2,05g		Óvoda: EN=166,40kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=212,40kcal FH=5,82g ZS=4,10g SZH=37,56g CK=0,36g SO=0,84g Tzs=0,94g Kiskola: EN=279,60kcal FH=8,43g ZS=4,40g SZH=51,09g CK=0,54g SO=1,26g Tzs=1,06g			
Tea (diabetikus) (15)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkerecomb; Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;			
SZERDA 2023.05.10.		Óvoda: EN=458,69kcal FH=27,96g ZS=14,63g SZH=55,42g CK=10,25g SO=0,44g Tzs=1,33g Iskola: EN=568,42kcal FH=33,49g ZS=18,70g SZH=66,30g CK=12,10g SO=0,70g Tzs=1,74g Kiskola: EN=710,18kcal FH=41,73g ZS=23,58g SZH=70,53g CK=16,52g SO=0,80g Tzs=2,23g		Óvoda: EN=183,60kcal FH=7,60g ZS=7,05g SZH=22,28g CK=0,27g SO=1,02g Tzs=1,83g Iskola: EN=219,60kcal FH=9,11g ZS=7,22g SZH=29,38g CK=0,36g SO=1,23g Tzs=1,89g Kiskola: EN=367,20kcal FH=15,21g ZS=14,10g SZH=44,55g CK=0,54g SO=2,04g Tzs=3,66g			
Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' (15)*;		Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Alma;			
Óvoda: EN=133,27kcal FH=7,14g ZS=1,85g SZH=21,70g CK=0,36g SO=0,66g Tzs=0,18g Iskola: EN=180,41kcal FH=10,83g ZS=3,01g SZH=29,47g CK=0,52g SO=0,87g Tzs=0,24g Kiskola: EN=266,57kcal FH=14,30g ZS=3,70g SZH=43,47g CK=0,74g SO=1,32g Tzs=0,36g		Óvoda: EN=451,66kcal FH=24,66g ZS=13,09g SZH=53,76g CK=3,82g SO=0,45g Tzs=0,64g Iskola: EN=586,63kcal FH=31,16g ZS=17,79g SZH=66,04g CK=6,16g SO=0,67g Tzs=0,95g Kiskola: EN=678,03kcal FH=35,26g ZS=20,24g SZH=81,16g CK=9,95g SO=1,18g Tzs=1,11g		Óvoda: EN=166,40kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=212,40kcal FH=5,82g ZS=4,10g SZH=37,56g CK=0,36g SO=0,84g Tzs=0,94g Kiskola: EN=279,60kcal FH=8,43g ZS=4,40g SZH=51,09g CK=0,54g SO=1,26g Tzs=1,06g			
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Tarthonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Tökfőzelék (cukormentes, tejfőls) (2, 15)*; Alma;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;			
PÉNTEK 2023.05.12.		Óvoda: EN=228,30kcal FH=9,07g ZS=9,29g SZH=26,88g CK=0,97g SO=0,78g Tzs=4,33g Iskola: EN=265,90kcal FH=10,62g ZS=9,50g SZH=34,26g CK=0,06g SO=0,99g Tzs=4,39g Kiskola: EN=335,10kcal FH=13,35g ZS=9,83g SZH=48,09g CK=0,62g SO=1,41g Tzs=4,51g		Óvoda: EN=465,62kcal FH=15,66g ZS=24,63g SZH=42,24g CK=6,74g SO=0,41g Tzs=1,07g Iskola: EN=617,68kcal FH=20,69g ZS=32,96g SZH=55,12g CK=8,65g SO=0,74g Tzs=1,47g Kiskola: EN=705,95kcal FH=23,58g ZS=38,03g SZH=62,16g CK=10,04g SO=0,90g Tzs=1,77g		Óvoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=277,90kcal FH=5,22g ZS=4,10g SZH=54,06g CK=0,36g SO=0,84g Tzs=0,94g Kiskola: EN=457,10kcal FH=7,83g ZS=4,40g SZH=94,58g CK=0,54g SO=1,26g Tzs=1,06g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kengyélvári 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;		Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (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 (+36-30-635-3087)		Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0			
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Purinstetiek		SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3087)					

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Őszibarack leves (cukormentes, tejmentes) (15)*; Sertésragu; Petrezselymes rizs;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Alma;	
HÉTFŐ 2023.05.22.		Ovoda: EN=439,91kcal Iskola: EN=573,61kcal Kisiskola: EN=699,27kcal FH=17,82g ZS=20,18g FH=23,57g ZS=26,54g FH=27,22g ZS=33,00g SZH=63,68g CK=10,75g SZH=82,64g CK=12,81g SZH=101,55g CK=14,86g SO=0,49g T2S=1,61g SO=0,71g T2S=2,12g SO=0,82g T2S=2,72g		Ovoda: EN=166,40kcal Iskola: EN=212,40kcal Kisiskola: EN=279,60kcal FH=4,36g ZS=3,95g FH=5,82g ZS=4,10g FH=8,43g ZS=4,40g SZH=28,00g CK=0,27g SZH=37,56g CK=0,36g SZH=51,09g CK=0,54g SO=0,63g T2S=0,88g SO=0,84g T2S=0,94g SO=1,26g T2S=1,06g	
Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Sertés sült; Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes); Alma;		Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	
KEDD 2023.05.23.		Ovoda: EN=355,76kcal Iskola: EN=454,07kcal Kisiskola: EN=527,90kcal FH=22,18g ZS=12,25g FH=27,73g ZS=15,88g FH=31,03g ZS=19,17g SZH=36,80g CK=2,24g SZH=46,91g CK=2,87g SZH=54,20g CK=3,49g SO=0,09g T2S=0,58g SO=0,11g T2S=0,79g SO=0,14g T2S=1,05g		Ovoda: EN=153,50kcal Iskola: EN=207,10kcal Kisiskola: EN=284,30kcal FH=7,11g ZS=4,53g FH=11,52g ZS=6,25g FH=15,68g ZS=8,83g SZH=21,09g CK=0,31g SZH=28,47g CK=0,44g SZH=42,31g CK=0,64g SO=1,08g T2S=1,10g SO=1,73g T2S=1,38g SO=2,38g T2S=1,62g	
Tej (2)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepökölt; Szarvascska teszta gluténment; Káposzta saláta 'Cukormentes' (15)*;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
SZERDA 2023.05.24.		Ovoda: EN=557,80kcal Iskola: EN=726,62kcal Kisiskola: EN=974,11kcal FH=23,40g ZS=22,53g FH=29,52g ZS=29,62g FH=33,41g ZS=35,28g SZH=63,19g CK=3,15g SZH=82,74g CK=3,98g SZH=102,58g CK=4,27g SO=0,33g T2S=1,87g SO=0,70g T2S=2,48g SO=1,18g T2S=2,98g		Ovoda: EN=178,50kcal Iskola: EN=256,30kcal Kisiskola: EN=345,60kcal FH=6,28g ZS=7,44g FH=9,82g ZS=11,05g FH=13,55g ZS=13,08g SZH=21,59g CK=0,39g SZH=29,36g CK=0,60g SZH=43,39g CK=0,84g SO=1,03g T2S=2,08g SO=1,64g T2S=3,34g SO=2,26g T2S=4,06g	
Tea (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Csontleves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya;		Zöldsézszeres harsapástétom (9)*; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	
CSÜTÖRTÖK 2023.05.25.		Ovoda: EN=442,04kcal Iskola: EN=600,03kcal Kisiskola: EN=718,22kcal FH=21,38g ZS=15,49g FH=29,84g ZS=22,51g FH=35,97g ZS=26,11g SZH=49,35g CK=1,50g SZH=63,15g CK=1,55g SZH=77,13g CK=2,12g SO=0,84g T2S=1,23g SO=1,43g T2S=1,93g SO=1,90g T2S=2,15g		Ovoda: EN=204,60kcal Iskola: EN=240,60kcal Kisiskola: EN=409,20kcal FH=6,82g ZS=9,60g FH=8,33g ZS=9,77g FH=13,65g ZS=19,20g SZH=22,58g CK=0,33g SZH=29,68g CK=0,42g SZH=45,15g CK=0,66g SO=1,02g T2S=1,41g SO=1,23g T2S=1,47g SO=2,04g T2S=2,82g	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (tejfölös, cukormentes) (2)*;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	
PÉNTEK 2023.05.26.		Ovoda: EN=372,08kcal Iskola: EN=494,13kcal Kisiskola: EN=589,37kcal FH=18,08g ZS=14,64g FH=24,86g ZS=19,00g FH=30,75g ZS=23,25g SZH=38,48g CK=4,47g SZH=51,13g CK=5,95g SZH=60,97g CK=6,80g SO=0,13g T2S=1,19g SO=0,38g T2S=1,53g SO=0,53g T2S=1,84g		Ovoda: EN=244,30kcal Iskola: EN=277,90kcal Kisiskola: EN=457,10kcal FH=3,92g ZS=3,95g FH=5,22g ZS=4,10g FH=7,63g ZS=4,40g SZH=47,30g CK=0,27g SZH=54,06g CK=0,36g SZH=94,59g CK=0,54g SO=0,63g T2S=0,88g SO=0,84g T2S=0,94g SO=1,26g T2S=1,06g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabetessz

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= Só;
T2S=Telített zsírf.
Dietetikus: OVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Szegei OVI (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. dietetikussáól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Rendszer 3.0

(*) 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=Ciliagútt; 15=Édesítőszerek; 16=Puhítószer

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.05.29.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárazbabfőzelék tej-, liszt-, cukormentes;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
KEDD 2023.05.30.	Övoda: EN=200,60kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=22,57g CK=0,14g SÓ=0,96g TZS=1,38g Iskola: EN=225,70kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=27,77g CK=0,16g SÓ=1,09g TZS=1,43g Kisiskola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=39,94g CK=0,26g SÓ=1,76g TZS=2,74g	Övoda: EN=416,60kcal FH=19,64g ZS=17,09g SZH=46,39g CK=1,54g SÓ=1,59g TZS=5,41g Iskola: EN=526,17kcal FH=23,82g ZS=20,13g SZH=62,56g CK=2,09g SÓ=1,70g TZS=5,12g Kisiskola: EN=744,92kcal FH=33,16g ZS=35,68g SZH=92,79g CK=2,70g SÓ=3,05g TZS=11,01g	Övoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=0,16g SÓ=0,71g TZS=4,31g Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=0,89g SÓ=0,85g TZS=4,35g Kisiskola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,49g SZH=43,90g CK=0,84g SÓ=1,13g TZS=4,43g
	Poharas tej (2)*; Házi pulkabhúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek nyenc (5)*; Párolt rizs;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
SZERDA 2023.05.31.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Lebbencs leves; Sült csirkemcomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
CSÜTÖRTÖK 2023.06.01.	Övoda: EN=232,10kcal FH=11,12g ZS=10,81g SZH=21,85g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g Iskola: EN=292,60kcal FH=14,70g ZS=13,25g SZH=27,70g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g Kisiskola: EN=376,20kcal FH=18,90g ZS=15,74g SZH=38,49g CK=0,14g SÓ=1,79g TZS=8,48g	Övoda: EN=428,36kcal FH=25,45g ZS=13,65g SZH=42,12g CK=1,83g SÓ=0,58g TZS=1,35g Iskola: EN=555,84kcal FH=31,80g ZS=18,22g SZH=65,27g CK=1,73g SÓ=0,87g TZS=1,92g Kisiskola: EN=679,54kcal FH=37,74g ZS=22,73g SZH=97,98g CK=1,44g SÓ=1,02g TZS=2,48g	Övoda: 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=1,88g Kisiskola: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=38,34g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g
	Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
PÉNTEK 2023.06.02.	Övoda: EN=262,30kcal FH=11,07g ZS=9,64g SZH=21,80g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g Iskola: EN=299,90kcal FH=12,62g ZS=9,85g SZH=39,16g CK=0,36g SÓ=0,84g TZS=0,94g Kisiskola: EN=369,10kcal FH=15,35g ZS=10,18g SZH=42,99g CK=0,54g SÓ=1,26g TZS=1,06g	Övoda: EN=390,31kcal FH=16,42g ZS=5,91g SZH=55,72g CK=5,22g SÓ=1,06g TZS=0,40g Iskola: EN=463,34kcal FH=20,69g ZS=8,35g SZH=70,54g CK=6,99g SÓ=1,29g TZS=0,60g Kisiskola: EN=556,86kcal FH=24,86g ZS=9,85g SZH=85,19g CK=8,71g SÓ=1,53g TZS=0,71g	Övoda: EN=128,96kcal FH=6,46g ZS=1,83g SZH=21,46g CK=0,27g SÓ=0,64g TZS=0,18g Iskola: EN=190,79kcal FH=9,74g ZS=3,70g SZH=29,29g CK=0,36g SÓ=0,85g TZS=0,24g Kisiskola: EN=272,12kcal FH=13,32g ZS=4,86g SZH=43,31g CK=0,54g SÓ=1,28g TZS=0,36g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULL-HOST

Étlap név:
1300A1 Diabetesz

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

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

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

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-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
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
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött 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', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	0,45g	0,61g
Bakonyi sertéstokány Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Örlött 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 Csirkejó 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
Bolognai halas-teszta 'serteshús-, cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	300,78kcal	10,72g	5,37g	51,54g	3,53g	0,83g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött 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, Örlött 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
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	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
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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Finomfőzelék 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
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gépsonka (diéta) Összetétel: Allergén mentes gépsonka	17,60kcal	2,90g	0,55g	0,28g	0,04g	0,45g	0,22g
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 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
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioacet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,03g	0,01g
Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioacet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Sárgarépa, Só 'jódozott'	21,62kcal	0,90g	0,13g	4,02g	1,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
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

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,01g	0,21g
Kelkáposztafőzelék tej,lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,15g	0,50g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,31kcal	1,26g	2,97g	7,37g	1,41g	0,06g	0,31g
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. piritamin 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
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,52kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,15g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
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
Meggyleves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,48kcal	1,19g	0,15g	14,65g	10,35g	0,03g	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 '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
Őszibarack leves (cukormentes, 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, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paradicsom leves 'Cukormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süített 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

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom mártás 'Cukormentes'	83,25kcal	3,03g	2,28g	12,54g	5,04g	0,10g	0,26g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma							
Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom							
Párolt rizs	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt rizs	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt sertés szelet	173,44kcal	16,84g	11,08g	0,69g	0,17g	0,06g	0,50g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt zöldségek inyenc	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,09g	0,21g
Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'							
Petrezselymes burgonya	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'							
Petrezselymes rizs	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Poharas tej							
Pulykaragu	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. piritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rakott zöldbab tejmentes	376,81kcal	15,85g	19,90g	38,04g	4,21g	0,08g	0,70g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizi-bizi	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizseshús 'sertés'	218,76kcal	14,58g	10,48g	24,49g	0,25g	0,45g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizsleves	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rostonhal zöldfűszeres	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'							
Sajtos-tejfölös tészta	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt							
Sertés pörkölt	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sertés sült	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g
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 virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárazbabfőzelék tej-,liszt-, cukormentes Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	223,93kcal	11,60g	3,35g	35,56g	0,08g	0,15g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Tarhonyaleves (burgonyamentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,22g	2,20g	11,43g	1,02g	0,18g	0,22g
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
Tavaszeleves '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 (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 kiörlésű kenyér (adalékmentes) Összetétel: Teljes 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
Tökfőzelék (cukormentes, tejfölös) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Folyékony édesítőszer, Kapor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	142,62kcal	2,82g	6,05g	18,28g	5,38g	0,08g	0,64g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,76kcal	17,80g	13,56g	3,52g	0,65g	0,17g	0,61g
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
Zala Kométa 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
Zöldbabfőzelék (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
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5'	202,11kcal	9,61g	4,94g	28,11g	8,34g	0,21g	0,85g
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
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	0,11g	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	0,26g	0,63g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,96kcal	7,70g	7,54g	28,73g	2,01g	0,47g	0,62g
Zöldségkrémleves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	93,08kcal	1,90g	4,03g	11,79g	1,93g	0,15g	0,32g
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	0,21g	0,28g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

[illegible]