

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika.		Zöldborsó leves 'teji, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2023.05.01. Óvoda: EN=298,83kcal FH=13,08g ZS=9,93g SZH=39,35g CK=6,11g SO=1,12g ISkola: EN=31,17kcal FH=13,39g ZS=9,99g SZH=41,97g CK=6,13g SO=1,12g K.Iskola: EN=562,24kcal FH=26,18g ZS=16,36g SZH=77,68g CK=1,22g SO=2,23g		Óvoda: EN=453,39kcal FH=15,80g ZS=8,18g SZH=17,14g CK=12,50g SO=0,89g ISkola: EN=629,65kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=101,79g CK=16,24g SO=1,37g K.Iskola: EN=774,57kcal FH=29,08g ZS=16,17g SZH=124,82g CK=20,61g SO=1,72g		Óvoda: EN=362,45kcal FH=17,53g ZS=15,09g SZH=39,11g CK=6,78g SO=1,27g ISkola: EN=362,45kcal FH=17,53g ZS=15,09g SZH=39,11g CK=6,78g SO=1,27g K.Iskola: EN=603,40kcal FH=30,26g ZS=21,43g SZH=72,51g CK=7,86g SO=2,38g	
TEJ (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Csonteres; Rakott zöldbab tejfőös (2)*; Alma;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
KEDD 2023.05.02. Óvoda: EN=422,95kcal FH=18,83g ZS=12,84g SZH=57,61g CK=23,53g SO=1,32g ISkola: EN=444,95kcal FH=20,48g ZS=13,59g SZH=58,91g CK=25,83g SO=1,37g K.Iskola: EN=770,40kcal FH=34,76g ZS=20,68g SZH=110,61g CK=42,46g SO=2,53g		Óvoda: EN=440,68kcal FH=17,16g ZS=22,63g SZH=45,77g CK=5,31g SO=0,10g ISkola: EN=586,73kcal FH=22,83g ZS=31,04g SZH=68,08g CK=6,74g SO=0,18g K.Iskola: EN=717,13kcal FH=27,97g ZS=39,37g SZH=67,35g CK=7,91g SO=0,29g		Óvoda: EN=308,05kcal FH=17,63g ZS=11,27g SZH=33,92g CK=1,08g SO=1,70g ISkola: EN=342,45kcal FH=22,43g ZS=12,69g SZH=34,28g CK=1,08g SO=2,28g K.Iskola: EN=600,60kcal FH=37,56g ZS=19,74g SZH=67,83g CK=2,16g SO=3,68g	
SZERDA 2023.05.03. Óvoda: EN=362,65kcal FH=13,39g ZS=10,01g SZH=54,81g CK=21,08g SO=1,12g ISkola: EN=366,65kcal FH=13,63g ZS=10,07g SZH=55,41g CK=21,08g SO=1,12g K.Iskola: EN=609,60kcal FH=26,48g ZS=16,44g SZH=68,11g CK=22,16g SO=2,23g		Óvoda: EN=633,38kcal FH=33,68g ZS=20,14g SZH=77,70g CK=4,88g SO=1,66g ISkola: EN=762,26kcal FH=41,16g ZS=25,17g SZH=87,08g CK=5,49g SO=2,12g K.Iskola: EN=1020,53kcal FH=57,03g ZS=28,33g SZH=128,09g CK=7,26g SO=3,29g		Óvoda: EN=343,25kcal FH=15,44g ZS=16,50g SZH=33,56g CK=1,11g SO=1,60g ISkola: EN=390,45kcal FH=17,28g ZS=20,93g SZH=33,66g CK=1,19g SO=1,81g K.Iskola: EN=631,40kcal FH=29,98g ZS=27,27g SZH=67,06g CK=2,21g SO=3,02g	
CSÜTÖRTÖK 2023.05.04. Óvoda: EN=364,05kcal FH=19,23g ZS=12,87g SZH=43,12g CK=10,28g SO=1,32g ISkola: EN=388,45kcal FH=20,98g ZS=13,64g SZH=45,76g CK=12,58g SO=1,37g K.Iskola: EN=652,60kcal FH=35,38g ZS=20,74g SZH=68,16g CK=15,96g SO=2,33g		Óvoda: EN=597,77kcal FH=35,64g ZS=18,08g SZH=76,96g CK=2,18g SO=1,51g ISkola: EN=689,57kcal FH=41,15g ZS=22,08g SZH=86,32g CK=2,31g SO=1,69g K.Iskola: EN=947,37kcal FH=57,20g ZS=25,15g SZH=128,01g CK=3,59g SO=2,98g		Óvoda: EN=341,05kcal FH=15,34g ZS=12,84g SZH=33,71g CK=1,12g SO=1,45g ISkola: EN=349,65kcal FH=17,98g ZS=15,84g SZH=34,01g CK=1,16g SO=1,78g K.Iskola: EN=609,90kcal FH=31,96g ZS=23,68g SZH=67,56g CK=2,28g SO=3,06g	
PÉNTEK 2023.05.05. Óvoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=54,06g CK=21,08g SO=1,60g ISkola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=54,11g CK=21,08g SO=1,76g K.Iskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,79g SZH=87,56g CK=22,16g SO=3,03g		Óvoda: EN=529,50kcal FH=23,34g ZS=23,87g SZH=71,36g CK=7,21g SO=0,53g ISkola: EN=671,77kcal FH=29,47g ZS=29,71g SZH=83,05g CK=8,51g SO=0,83g K.Iskola: EN=776,40kcal FH=33,38g ZS=33,65g SZH=112,05g CK=9,88g SO=0,93g		Óvoda: EN=341,15kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=35,18g CK=1,14g SO=1,51g ISkola: EN=341,15kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=35,18g CK=1,14g SO=1,51g K.Iskola: EN=682,30kcal FH=30,68g ZS=30,92g SZH=70,35g CK=2,28g SO=3,01g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kenyérutcai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015		Étlap név: 0300A1 Gluténmentes	
Tápanyagtartalom: EN=Számitott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SZO; TZS=Telített zsír.		Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussai kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3087)		Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0	

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';			Meggyleves 'liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;			Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		
HÉTFŐ 2023.05.08.	Övoda: EN=400,65kcal FH=20,93g ZS=16,24g SZH=43,01g CK=10,40g SÓ=1,72g Tzs=4,49g			Övoda: EN=344,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=61,24g CK=16,75g SÓ=1,38g Tzs=0,62g			Övoda: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=35,30g CK=1,14g SÓ=1,51g Tzs=2,02g		
	Iskola: EN=462,85kcal	FH=24,48g ZS=20,39g	FH=39,16g ZS=29,18g	Iskola: EN=444,94kcal	FH=18,73g ZS=12,78g	FH=21,85g ZS=15,54g	Iskola: EN=341,75kcal	FH=15,40g ZS=15,49g	Kiiskola: EN=683,50kcal
	FH=24,48g ZS=20,39g	SZH=45,71g CK=12,82g	SZH=81,61g CK=16,26g	FH=28,15g ZS=27,20g	SZH=79,23g CK=25,66g	SZH=94,90g CK=32,28g	FH=13,39g ZS=9,84g	SZH=35,30g CK=1,14g	FH=30,80g ZS=30,98g
	SZH=45,71g CK=12,82g	SÓ=3,53g Tzs=1,97g	SÓ=2,16g Tzs=0,62g	SZH=85,29g CK=3,53g	SÓ=2,16g Tzs=1,03g	SÓ=2,16g Tzs=1,03g	SZH=43,91g CK=1,08g	SÓ=1,51g Tzs=2,02g	SZH=70,59g CK=2,29g
	SO=2,64g Tzs=8,27g	SO=3,89g Tzs=9,95g	SO=0,37g Tzs=1,22g	SO=0,76g Tzs=1,84g	SO=0,87g Tzs=2,05g	SO=1,12g Tzs=1,49g	SO=1,12g Tzs=1,49g	SO=2,23g Tzs=2,27g	SO=3,01g Tzs=4,87g
KEDD 2023.05.09.	Övoda: EN=504,45kcal FH=25,53g ZS=25,44g SZH=43,01g CK=10,34g SÓ=2,64g Tzs=8,27g			Övoda: EN=541,15kcal FH=21,86g ZS=20,69g SZH=64,79g CK=2,00g SÓ=0,37g Tzs=1,22g			Övoda: EN=306,55kcal FH=13,17g ZS=9,84g SZH=41,11g CK=1,08g SÓ=1,12g Tzs=1,49g		
	Iskola: EN=526,45kcal	FH=27,08g ZS=26,19g	FH=41,36g ZS=33,28g	Iskola: EN=709,61kcal	FH=28,15g ZS=27,20g	FH=31,89g ZS=32,86g	Iskola: EN=318,95kcal	FH=13,39g ZS=9,84g	Kiiskola: EN=559,90kcal
	FH=27,08g ZS=26,19g	SZH=45,93g CK=12,64g	SZH=81,61g CK=16,02g	SZH=85,29g CK=3,53g	SZH=104,21g CK=4,28g	SZH=104,21g CK=4,28g	FH=13,39g ZS=9,84g	SZH=43,91g CK=1,08g	FH=26,06g ZS=16,18g
	SZH=45,93g CK=12,64g	SÓ=3,89g Tzs=9,95g	SÓ=0,37g Tzs=1,22g	SO=0,76g Tzs=1,84g	SO=0,87g Tzs=2,05g	SO=0,87g Tzs=2,05g	SZH=43,91g CK=1,08g	SÓ=1,12g Tzs=1,49g	SZH=27,31g CK=2,16g
	SO=2,64g Tzs=8,27g	SO=3,89g Tzs=9,95g	SO=0,37g Tzs=1,22g	SO=0,76g Tzs=1,84g	SO=0,87g Tzs=2,05g	SO=0,87g Tzs=2,05g	SO=1,12g Tzs=1,49g	SO=2,23g Tzs=2,27g	SO=2,23g Tzs=2,27g
	Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';			Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkemcomb; Zöldborsófelelek 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';			Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldborsófelelek 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		
SZERDA 2023.05.10.	Övoda: EN=431,25kcal FH=21,64g ZS=19,50g SZH=42,76g CK=10,31g SÓ=1,80g Tzs=6,07g			Övoda: EN=670,24kcal FH=38,40g ZS=20,32g SZH=75,69g CK=16,99g SÓ=1,52g Tzs=1,75g			Övoda: EN=326,15kcal FH=16,48g ZS=13,00g SZH=35,78g CK=1,09g SÓ=1,51g Tzs=2,44g		
	Iskola: EN=500,45kcal	FH=25,00g ZS=24,68g	FH=31,32g ZS=15,42g	Iskola: EN=778,09kcal	FH=43,86g ZS=24,34g	FH=62,27g ZS=28,73g	Iskola: EN=330,15kcal	FH=16,72g ZS=13,06g	Kiiskola: EN=652,30kcal
	FH=25,00g ZS=24,68g	SZH=45,16g CK=12,63g	SZH=80,88g CK=16,01g	SZH=75,69g CK=16,99g	SZH=86,53g CK=22,88g	SZH=135,31g CK=31,92g	FH=16,72g ZS=13,06g	SZH=36,38g CK=1,09g	FH=32,96g ZS=26,00g
	SZH=45,16g CK=12,63g	SÓ=3,32g Tzs=9,80g	SÓ=1,52g Tzs=1,75g	SO=1,77g ZS=2,07g	SO=2,97g Tzs=2,54g	SO=2,97g Tzs=2,54g	SZH=36,38g CK=1,09g	SÓ=1,51g Tzs=2,44g	SZH=71,55g CK=2,16g
	SO=1,80g Tzs=6,07g	SO=3,32g Tzs=9,80g	SO=1,52g Tzs=1,75g	SO=1,77g ZS=2,07g	SO=2,97g Tzs=2,54g	SO=2,97g Tzs=2,54g	SO=1,51g Tzs=2,44g	SO=3,01g Tzs=4,87g	SO=3,01g Tzs=4,87g
	Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';			Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya;			Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		
CSÜTÖRTÖK 2023.05.11.	Övoda: EN=289,82kcal FH=15,66g ZS=7,71g SZH=39,30g CK=6,17g SÓ=1,15g Tzs=0,79g			Övoda: EN=476,01kcal FH=23,95g ZS=12,98g SZH=61,06g CK=12,82g SÓ=0,42g Tzs=0,64g			Övoda: EN=306,55kcal FH=13,17g ZS=9,84g SZH=41,11g CK=1,08g SÓ=1,12g Tzs=1,49g		
	Iskola: EN=318,95kcal	FH=17,84g ZS=8,70g	FH=31,32g ZS=15,42g	Iskola: EN=615,79kcal	FH=29,73g ZS=17,60g	FH=33,79g ZS=20,08g	Iskola: EN=318,95kcal	FH=13,39g ZS=9,84g	Kiiskola: EN=559,90kcal
	FH=17,84g ZS=8,70g	SZH=41,97g CK=8,24g	SZH=77,67g CK=11,38g	FH=29,73g ZS=17,60g	SZH=78,48g CK=18,41g	SZH=95,13g CK=22,43g	FH=13,39g ZS=9,84g	SZH=43,91g CK=1,08g	FH=26,06g ZS=16,18g
	SZH=41,97g CK=8,24g	SÓ=1,15g Tzs=0,79g	SÓ=2,30g Tzs=1,57g	SO=0,84g Tzs=0,94g	SO=1,15g Tzs=1,11g	SO=1,15g Tzs=1,11g	SZH=43,91g CK=1,08g	SÓ=1,12g Tzs=1,49g	SZH=77,31g CK=2,16g
	SO=1,15g Tzs=0,79g	SO=2,30g Tzs=1,57g	SO=2,30g Tzs=1,57g	SO=0,84g Tzs=0,94g	SO=1,15g Tzs=1,11g	SO=1,15g Tzs=1,11g	SZH=43,91g CK=1,08g	SO=1,12g Tzs=1,49g	SO=2,23g Tzs=2,27g
	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldborsófelelek 'lisztmentes';			Tarthonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tököfőzelék tejfőös 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';			Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		
PÉNTEK 2023.05.12.	Övoda: EN=368,45kcal FH=17,89g ZS=15,18g SZH=40,01g CK=6,78g SÓ=1,27g Tzs=4,94g			Övoda: EN=715,90kcal FH=28,56g ZS=32,17g SZH=74,69g CK=10,73g SÓ=1,53g Tzs=2,00g			Övoda: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=44,41g CK=1,43g SÓ=1,12g Tzs=1,49g		
	Iskola: EN=372,45kcal	FH=18,13g ZS=15,24g	FH=30,88g ZS=21,51g	Iskola: EN=879,47kcal	FH=33,74g ZS=41,68g	FH=49,70g ZS=46,82g	Iskola: EN=334,95kcal	FH=12,73g ZS=9,84g	Kiiskola: EN=559,90kcal
	FH=18,13g ZS=15,24g	SZH=40,61g CK=6,78g	SZH=74,31g CK=7,86g	FH=33,74g ZS=41,68g	SZH=87,89g CK=13,73g	SZH=132,02g CK=17,85g	FH=12,73g ZS=9,84g	SZH=44,41g CK=1,43g	FH=25,46g ZS=16,18g
	SZH=40,61g CK=6,78g	SÓ=2,38g Tzs=5,12g	SÓ=2,38g Tzs=5,12g	SO=1,83g Tzs=2,51g	SO=3,23g Tzs=2,89g	SO=3,23g Tzs=2,89g	SZH=44,41g CK=1,43g	SÓ=1,12g Tzs=1,49g	SZH=46,81g CK=2,86g
	SO=1,27g Tzs=4,94g	SO=2,38g Tzs=5,12g	SO=2,38g Tzs=5,12g	SO=1,83g Tzs=2,51g	SO=3,23g Tzs=2,89g	SO=3,23g Tzs=2,89g	SZH=44,41g CK=1,43g	SO=1,12g Tzs=1,49g	SO=2,23g Tzs=2,27g

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:
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=Tőzs; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszár; 16=Puhatestűek
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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Gulyás leves sertéshússal; Darásmetelt; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2023.05.15.	Övoda: EN=366,45kcal FH=19,29g ZS=12,93g SZH=45,51g CK=10,28g SO=1,32g Tzs=3,29g Iskola: EN=392,45kcal FH=21,09g ZS=13,74g SZH=46,41g CK=12,56g SO=1,37g Tzs=3,74g K.Iskola: EN=657,40kcal FH=33,49g ZS=20,86g SZH=82,41g CK=15,96g SO=2,53g Tzs=4,97g		Övoda: EN=689,52kcal FH=15,29g ZS=17,40g SZH=114,98g CK=33,04g SO=0,59g Tzs=1,33g Iskola: EN=897,68kcal FH=22,16g ZS=20,77g SZH=151,33g CK=39,20g SO=0,81g Tzs=1,44g K.Iskola: EN=1060,36kcal FH=26,50g ZS=25,12g SZH=177,11g CK=39,43g SO=1,11g Tzs=1,74g		Övoda: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SO=1,51g Tzs=2,44g Iskola: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SO=1,51g Tzs=2,44g K.Iskola: EN=640,30kcal FH=32,24g ZS=25,82g SZH=69,75g CK=2,16g SO=3,01g Tzs=4,87g	
KEDD 2023.05.16.	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';	
	Övoda: EN=383,21kcal FH=23,49g ZS=12,98g SZH=43,29g CK=10,33g SO=1,41g Tzs=3,19g Iskola: EN=423,97kcal FH=27,34g ZS=14,57g SZH=46,93g CK=12,63g SO=1,46g Tzs=3,64g K.Iskola: EN=720,72kcal FH=45,92g ZS=23,29g SZH=81,89g CK=16,01g SO=2,63g Tzs=4,87g		Övoda: EN=907,73kcal FH=17,13g ZS=19,54g SZH=66,57g CK=18,71g SO=0,40g Tzs=0,79g Iskola: EN=964,03kcal FH=22,44g ZS=27,33g SZH=82,69g CK=25,66g SO=0,89g Tzs=1,11g K.Iskola: EN=775,14kcal FH=25,52g ZS=32,66g SZH=94,18g CK=28,81g SO=1,20g Tzs=1,42g		Övoda: EN=312,65kcal FH=14,73g ZS=13,24g SZH=33,81g CK=1,20g SO=1,52g Tzs=2,69g Iskola: EN=352,85kcal FH=16,73g ZS=16,64g SZH=34,21g CK=1,32g SO=1,92g Tzs=3,89g K.Iskola: EN=613,90kcal FH=30,46g ZS=24,68g SZH=67,81g CK=2,46g SO=3,23g Tzs=5,27g	
SZERDA 2023.05.17.	Toast sonkás felvágott (diéta); Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Riz-biziz;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
	Övoda: EN=306,93kcal FH=14,79g ZS=10,19g SZH=39,12g CK=6,11g SO=1,62g Tzs=1,62g Iskola: EN=329,17kcal FH=16,85g ZS=10,53g SZH=41,81g CK=6,13g SO=2,12g Tzs=1,75g K.Iskola: EN=585,24kcal FH=30,61g ZS=17,05g SZH=71,57g CK=11,22g SO=3,48g Tzs=2,61g		Övoda: EN=912,08kcal FH=16,12g ZS=17,03g SZH=51,24g CK=3,77g SO=1,31g Tzs=1,79g Iskola: EN=912,08kcal FH=21,28g ZS=22,01g SZH=73,44g CK=5,11g SO=1,79g Tzs=2,31g K.Iskola: EN=613,22kcal FH=25,92g ZS=26,08g SZH=87,50g CK=6,63g SO=2,39g Tzs=2,75g		Övoda: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=1,08g SO=1,27g Tzs=5,09g Iskola: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=1,08g SO=1,27g Tzs=5,09g K.Iskola: EN=606,40kcal FH=30,56g ZS=21,58g SZH=72,81g CK=6,16g SO=2,38g Tzs=5,87g	
CSÜTÖRTÖK 2023.05.18.	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;	
	Övoda: EN=286,17kcal FH=15,00g ZS=7,69g SZH=39,12g CK=6,13g SO=1,13g Tzs=0,79g Iskola: EN=320,33kcal FH=16,74g ZS=9,39g SZH=41,85g CK=6,15g SO=1,14g Tzs=0,79g K.Iskola: EN=582,18kcal FH=30,34g ZS=16,58g SZH=77,60g CK=11,23g SO=2,25g Tzs=1,57g		Övoda: EN=520,64kcal FH=25,42g ZS=17,37g SZH=63,09g CK=21,72g SO=0,12g Tzs=1,18g Iskola: EN=703,79kcal FH=33,13g ZS=22,60g SZH=88,62g CK=29,54g SO=0,52g Tzs=1,52g K.Iskola: EN=831,63kcal FH=37,83g ZS=27,03g SZH=105,46g CK=36,68g SO=0,77g Tzs=1,95g		Övoda: EN=310,45kcal FH=14,94g ZS=12,64g SZH=34,35g CK=1,13g SO=1,56g Tzs=2,53g Iskola: EN=347,25kcal FH=17,05g ZS=15,44g SZH=35,12g CK=1,17g SO=2,00g Tzs=3,57g K.Iskola: EN=606,60kcal FH=30,84g ZS=23,18g SZH=69,91g CK=2,27g SO=3,33g Tzs=4,88g	
PÉNTEK 2023.05.19.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
	Övoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=54,06g CK=21,08g SO=1,60g Tzs=6,02g Iskola: EN=492,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=54,11g CK=21,08g SO=1,76g Tzs=7,52g K.Iskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=87,56g CK=22,16g SO=3,03g Tzs=9,80g		Övoda: EN=535,82kcal FH=21,73g ZS=19,48g SZH=62,32g CK=2,88g SO=0,39g Tzs=1,98g Iskola: EN=699,60kcal FH=28,02g ZS=27,26g SZH=77,82g CK=3,30g SO=1,00g Tzs=2,75g K.Iskola: EN=805,83kcal FH=32,04g ZS=30,99g SZH=90,75g CK=3,79g SO=1,09g Tzs=3,16g		Övoda: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=35,30g CK=1,14g SO=1,51g Tzs=2,02g Iskola: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=35,30g CK=1,14g SO=1,51g Tzs=2,02g K.Iskola: EN=683,50kcal FH=30,80g ZS=30,98g SZH=70,59g CK=2,29g SO=3,01g Tzs=4,03g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO.
TZS=Telített zsír.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tömj; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Dítfélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Élesztősz; 16=Pinasztiek
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussai kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Rendszer 3.0

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';			Őszibarackleves tejfel 'lisztmentes' (2)*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;			Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		
HÉTFŐ 2023.05.22.	Övoda: EN=450,85kcal FH=20,89g ZS=16,82g SZH=54,09g CK=21,08g SÓ=1,60g TZS=6,02g			Övoda: EN=491,24kcal FH=19,04g ZS=19,64g SZH=76,32g CK=21,41g SÓ=0,34g TZS=1,69g			Övoda: EN=306,55kcal FH=13,17g ZS=9,84g SZH=41,11g CK=1,08g SÓ=1,12g TZS=1,49g		
	Iskola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=64,11g CK=21,08g SÓ=1,76g TZS=7,52g			Iskola: EN=647,79kcal FH=25,41g ZS=26,14g SZH=99,79g CK=26,89g SÓ=0,54g TZS=2,25g			Iskola: EN=318,95kcal FH=13,33g ZS=9,84g SZH=43,91g CK=1,08g SÓ=1,12g TZS=1,49g		
	Kiskola: EN=754,60kcal FH=36,76g ZS=27,76g SZH=87,56g CK=8,16g SÓ=3,03g TZS=9,80g			Kiskola: EN=783,54kcal FH=29,68g ZS=31,83g SZH=122,22g CK=31,35g SÓ=0,62g TZS=2,81g			Kiskola: EN=559,90kcal FH=26,06g ZS=16,18g SZH=77,31g CK=2,16g SÓ=2,23g TZS=2,27g		
KEDD 2023.05.23.	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';		
	Övoda: EN=369,05kcal FH=18,13g ZS=15,27g SZH=39,92g CK=7,08g SÓ=1,27g TZS=5,09g			Övoda: EN=663,89kcal FH=34,59g ZS=18,63g SZH=62,73g CK=3,28g SÓ=1,36g TZS=1,37g			Övoda: EN=332,45kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=49,89g CK=17,50g SÓ=1,12g TZS=1,49g		
	Iskola: EN=371,45kcal FH=18,33g ZS=15,29g SZH=40,28g CK=7,08g SÓ=1,27g TZS=5,09g			Iskola: EN=647,00kcal FH=39,84g ZS=22,25g SZH=69,51g CK=3,76g SÓ=1,52g TZS=1,38g			Iskola: EN=332,45kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=49,89g CK=17,50g SÓ=1,12g TZS=1,49g		
	Kiskola: EN=613,60kcal FH=31,16g ZS=21,64g SZH=73,83g CK=8,16g SÓ=2,38g TZS=6,87g			Kiskola: EN=901,63kcal FH=65,77g ZS=25,42g SZH=109,82g CK=5,39g SÓ=2,65g TZS=1,92g			Kiskola: EN=573,40kcal FH=25,46g ZS=16,18g SZH=83,29g CK=18,58g SÓ=2,23g TZS=2,27g		
SZERDA 2023.05.24.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';			Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacska tésztá gluténment; Káposzta saláta;			Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldbaprika;		
	Övoda: EN=360,45kcal FH=18,93g ZS=12,84g SZH=42,61g CK=10,28g SÓ=1,32g TZS=3,29g			Övoda: EN=590,52kcal FH=23,40g ZS=22,53g SZH=71,19g CK=11,15g SÓ=0,39g TZS=1,81g			Övoda: EN=318,65kcal FH=15,09g ZS=13,33g SZH=34,71g CK=1,20g SÓ=1,62g TZS=2,69g		
	Iskola: EN=382,45kcal FH=20,48g ZS=13,59g SZH=44,91g CK=12,58g SÓ=1,37g TZS=3,74g			Iskola: EN=787,34kcal FH=29,52g ZS=22,53g SZH=97,74g CK=18,98g SÓ=0,70g TZS=2,48g			Iskola: EN=382,85kcal FH=17,33g ZS=16,79g SZH=35,71g CK=1,32g SÓ=1,82g TZS=3,89g		
	Kiskola: EN=645,40kcal FH=34,76g ZS=20,68g SZH=80,61g CK=15,98g SÓ=2,53g TZS=4,97g			Kiskola: EN=954,83kcal FH=33,41g ZS=35,28g SZH=122,58g CK=24,27g SÓ=1,18g TZS=2,98g			Kiskola: EN=625,90kcal FH=31,18g ZS=24,86g SZH=69,61g CK=2,46g SÓ=3,23g TZS=5,27g		
CSÜTÖRTÖK 2023.05.25.	Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';			Csontleves 'lisztmentes'; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya; Alma;			Zöldsézes harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		
	Övoda: EN=307,17kcal FH=14,79g ZS=10,19g SZH=39,14g CK=6,13g SÓ=1,62g TZS=1,62g			Övoda: EN=475,31kcal FH=21,81g ZS=15,49g SZH=56,83g CK=1,37g SÓ=0,84g TZS=1,23g			Övoda: EN=344,75kcal FH=15,64g ZS=15,49g SZH=35,69g CK=1,14g SÓ=1,51g TZS=2,02g		
	Iskola: EN=329,53kcal FH=16,85g ZS=10,53g SZH=41,84g CK=8,15g SÓ=2,12g TZS=1,75g			Iskola: EN=645,30kcal FH=30,41g ZS=22,51g SZH=73,34g CK=1,98g SÓ=1,43g TZS=1,95g			Iskola: EN=347,13kcal FH=15,84g ZS=15,51g SZH=36,03g CK=1,14g SÓ=1,51g TZS=2,02g		
	Kiskola: EN=585,48kcal FH=30,61g ZS=17,05g SZH=77,59g CK=11,23g SÓ=3,48g TZS=2,61g			Kiskola: EN=763,46kcal FH=36,56g ZS=26,12g SZH=87,29g CK=2,50g SÓ=1,91g TZS=2,15g			Kiskola: EN=689,50kcal FH=31,28g ZS=30,98g SZH=71,37g CK=2,28g SÓ=3,01g TZS=4,03g		
PÉNTEK 2023.05.26.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldbaprika;			Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék tejfőös 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';			Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		
	Övoda: EN=366,45kcal FH=19,29g ZS=12,93g SZH=43,51g CK=10,28g SÓ=1,32g TZS=3,29g			Övoda: EN=631,00kcal FH=31,00g ZS=20,54g SZH=77,18g CK=1,37g SÓ=1,25g TZS=1,88g			Övoda: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=46,41g CK=1,4,33g SÓ=1,12g TZS=1,49g		
	Iskola: EN=392,45kcal FH=21,08g ZS=13,74g SZH=46,41g CK=15,98g SÓ=1,37g TZS=3,74g			Iskola: EN=758,20kcal FH=37,81g ZS=24,91g SZH=91,08g CK=10,03g SÓ=1,44g TZS=2,31g			Iskola: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=46,41g CK=1,4,33g SÓ=1,12g TZS=1,49g		
	Kiskola: EN=657,40kcal FH=35,48g ZS=20,86g SZH=82,41g CK=15,98g SÓ=2,53g TZS=4,97g			Kiskola: EN=1045,94kcal FH=56,39g ZS=29,03g SZH=134,30g CK=12,46g SÓ=2,62g TZS=2,71g			Kiskola: EN=638,40kcal FH=25,46g ZS=16,18g SZH=96,81g CK=28,66g SÓ=2,23g TZS=2,27g		

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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek
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. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)
Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Zöldfűszeres harsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárababfőzelék lisztment. tejfőlös (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tejfőlös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.05.29. Óvoda: EN=361,63kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=40,22g CK=6,17g SO=1,51g Tzs=2,02g Iskola: EN=369,87kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=42,24g CK=8,19g SO=1,51g Tzs=2,02g Kiskola: EN=719,14kcal FH=30,69g ZS=30,92g SZH=79,42g CK=11,34g SO=3,01g Tzs=4,03g		Óvoda: EN=670,64kcal FH=32,54g ZS=24,03g SZH=81,50g CK=4,12g SO=2,52g Tzs=6,19g Iskola: EN=785,68kcal FH=36,63g ZS=27,43g SZH=98,09g CK=4,97g SO=2,54g Tzs=6,50g Kiskola: EN=1190,98kcal FH=68,95g ZS=43,12g SZH=142,11g CK=6,86g SO=5,00g Tzs=11,88g		Óvoda: EN=271,45kcal FH=15,30g ZS=7,78g SZH=34,96g CK=1,08g SO=1,13g Tzs=0,79g Iskola: EN=301,25kcal FH=17,34g ZS=9,54g SZH=36,26g CK=1,08g SO=1,14g Tzs=0,79g Kiskola: EN=557,10kcal FH=31,06g ZS=16,76g SZH=70,31g CK=2,16g SO=2,25g Tzs=1,57g	
KEDD 2023.05.30. Óvoda: EN=401,93kcal FH=23,52g ZS=15,05g SZH=43,25g CK=10,33g SO=1,41g Tzs=3,39g Iskola: EN=460,31kcal FH=27,39g ZS=18,58g SZH=45,93g CK=12,63g SO=1,46g Tzs=4,04g Kiskola: EN=760,27kcal FH=43,47g ZS=27,74g SZH=81,84g CK=16,02g SO=2,64g Tzs=5,49g		Óvoda: EN=461,68kcal FH=24,56g ZS=20,32g SZH=55,08g CK=1,37g SO=0,20g Tzs=1,48g Iskola: EN=595,44kcal FH=31,07g ZS=25,15g SZH=65,59g CK=1,92g SO=0,49g Tzs=1,83g Kiskola: EN=711,24kcal FH=35,47g ZS=30,33g SZH=91,94g CK=2,42g SO=0,66g Tzs=2,29g		Óvoda: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=48,41g CK=14,33g SO=1,12g Tzs=1,49g Iskola: EN=334,95kcal FH=12,73g ZS=9,84g SZH=48,41g CK=14,33g SO=1,12g Tzs=1,49g Kiskola: EN=638,40kcal FH=25,46g ZS=16,18g SZH=36,81g CK=28,66g SO=2,23g Tzs=2,27g	
SZERDA 2023.05.31. Óvoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=54,06g CK=21,08g SO=1,60g Tzs=6,02g Iskola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=54,11g CK=21,08g SO=1,76g Tzs=7,52g Kiskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=87,56g CK=22,16g SO=3,03g Tzs=8,80g		Óvoda: EN=701,28kcal FH=38,18g ZS=19,99g SZH=83,52g CK=18,01g SO=1,49g Tzs=2,14g Iskola: EN=832,75kcal FH=44,53g ZS=24,56g SZH=97,66g CK=21,81g SO=1,70g Tzs=2,71g Kiskola: EN=1143,36kcal FH=63,20g ZS=28,98g SZH=144,79g CK=26,65g SO=2,90g Tzs=3,35g		Óvoda: EN=323,75kcal FH=16,42g ZS=12,94g SZH=35,39g CK=1,08g SO=1,31g Tzs=2,44g Iskola: EN=326,15kcal FH=16,62g ZS=12,96g SZH=35,73g CK=1,08g SO=1,31g Tzs=2,44g Kiskola: EN=647,50kcal FH=32,84g ZS=25,88g SZH=70,77g CK=2,16g SO=3,01g Tzs=4,87g	
CSÜTÖRTÖK 2023.06.01. Óvoda: EN=394,55kcal FH=19,37g ZS=12,84g SZH=50,31g CK=10,28g SO=1,32g Tzs=3,29g Iskola: EN=428,95kcal FH=21,08g ZS=13,59g SZH=55,41g CK=12,58g SO=1,37g Tzs=3,74g Kiskola: EN=691,30kcal FH=35,36g ZS=20,68g SZH=81,11g CK=15,96g SO=2,53g Tzs=4,97g		Óvoda: EN=642,23kcal FH=28,64g ZS=11,65g SZH=101,18g CK=18,44g SO=2,91g Tzs=1,19g Iskola: EN=755,01kcal FH=32,69g ZS=13,95g SZH=118,94g CK=24,56g SO=3,43g Tzs=1,39g Kiskola: EN=1050,39kcal FH=49,48g ZS=15,23g SZH=172,09g CK=32,77g SO=5,06g Tzs=1,58g		Óvoda: EN=265,51kcal FH=15,00g ZS=7,69g SZH=34,06g CK=1,08g SO=1,13g Tzs=0,79g Iskola: EN=291,34kcal FH=16,75g ZS=9,39g SZH=34,76g CK=1,08g SO=1,14g Tzs=0,79g Kiskola: EN=545,22kcal FH=30,35g ZS=16,58g SZH=68,52g CK=2,16g SO=2,25g Tzs=1,57g	
PÉNTEK 2023.06.02. Óvoda: EN=331,77kcal FH=15,33g ZS=12,84g SZH=38,77g CK=6,17g SO=1,45g Tzs=2,57g Iskola: EN=378,73kcal FH=17,93g ZS=15,84g SZH=41,10g CK=6,23g SO=1,78g Tzs=3,65g Kiskola: EN=646,98kcal FH=31,96g ZS=23,68g SZH=76,65g CK=11,33g SO=3,06g Tzs=4,97g		Óvoda: EN=605,57kcal FH=22,36g ZS=22,35g SZH=75,78g CK=11,91g SO=0,48g Tzs=2,63g Iskola: EN=803,58kcal FH=29,55g ZS=30,22g SZH=99,54g CK=15,44g SO=0,72g Tzs=3,55g Kiskola: EN=983,62kcal FH=43,33g ZS=33,59g SZH=120,11g CK=18,60g SO=0,75g Tzs=3,62g		Óvoda: EN=402,45kcal FH=19,89g ZS=15,53g SZH=44,91g CK=1,08g SO=1,12g Tzs=1,49g Iskola: EN=406,45kcal FH=20,13g ZS=15,59g SZH=45,51g CK=1,08g SO=1,12g Tzs=1,49g Kiskola: EN=649,40kcal FH=32,98g ZS=21,96g SZH=79,21g CK=2,16g SO=2,23g Tzs=2,27g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyér-Égyházi 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; SO=SO₂;
Tzs=Telített zsír;

Détás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (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: 0300A1 Gluténmentes

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 (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: 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 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	0,03g	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-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	0,83g	0,43g
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
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj '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, 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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsa 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
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsá 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
Finomfőzelék 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
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
Gulyás leves sertéshússal 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	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,06g	0,63g
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 zöldséges sertéshúskrém '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 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 Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	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 '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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kelkáposztafőzelék 'lisztmentes'	164,19kcal	4,44g	5,15g	23,45g	0,00g	0,15g	0,50g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Só 'jódozott'							
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes)	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,01g	0,21g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Kenyér 'gluténmentes'	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,12g	0,79g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Szárított élesztő							
Kenyér 'gluténmentes'	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,12g	0,79g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Szárított élesztő							
Kertész leves (diéta)	62,31kcal	1,26g	2,97g	7,37g	1,41g	0,06g	0,31g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Köles párolt zöldséggel	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inycenc zöldség keverék, Fagy. piritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Köményes pulykasült	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Köményes sertéssült	148,52kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,15g	0,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Körözött 'házi'	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Lebbencs leves	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Lebbencs leves 'lisztmentes'	106,07kcal	2,16g	2,99g	16,55g	0,89g	0,09g	0,53g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Mandarin							
Meggy leves 'Liszt-, tejmentes'	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	0,00g
Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg							
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes'	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma							
Mini dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Összetétel: Sárgabarack dzsem							
Mini méz	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Összetétel: Miniméz 20g							
Mustáros sertésszelet (diéta)	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Natúr sertésszelet 'lisztmentes'	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,30g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	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
Ősziarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcsle	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Ősziarackleves tejjel '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, Kóménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paradicsom leves 'lisztmentes' Összetétel: Betű tészta, 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
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	0,10g	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	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
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 zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,09g	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	0,15g	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
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín 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 zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	346,17kcal	15,67g	20,52g	28,92g	4,21g	0,05g	0,70g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-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	0,90g	1,00g
Rostos almalé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	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	0,44g	4,15g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	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
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 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	0,01g	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 '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
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 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejberisz 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
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 tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,20kcal	2,79g	5,93g	21,24g	8,38g	0,08g	0,64g
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 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
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 (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 (tej-, lisztmentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,65kcal	4,45g	4,23g	20,37g	5,28g	0,02g	0,47g
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 '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 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,82kcal	7,76g	4,29g	32,68g	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
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: 2023.05.01.-től 2023.05.31.-ig

[illegible]