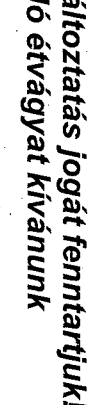


HÉTFŐ 2024.11.04.		KEDD 2024.11.05.		SZERDA 2024.11.06.		CSÜTÖRTÖK 2024.11.07.		PÉNTEK 2024.11.08.			
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai			
Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'gluténmentes';		Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Alma;		Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;			
Ovoda: EN=650,24kcal FH=51,70g ZS=26,96g SZH=50,54g CK=6,10g SO=4,35g Tzs=6,63g Iskola: EN=650,24kcal FH=51,70g ZS=26,96g SZH=50,54g CK=6,10g SO=4,35g Tzs=6,63g Kisiskola: EN=1,207,48kcal FH=98,30g ZS=48,52g SZH=95,08g CK=6,20g SO=8,54g Tzs=9,45g		Ovoda: EN=562,35kcal FH=29,78g ZS=11,11g SZH=95,18g CK=6,20g SO=0,48g Tzs=2,92g Iskola: EN=705,73kcal FH=33,69g ZS=13,76g SZH=121,42g CK=4,32g SO=0,69g Tzs=3,49g Kisiskola: EN=884,14kcal FH=43,75g ZS=16,33g SZH=153,69g CK=5,28g SO=0,74g Tzs=4,03g		Ovoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=0,04g SO=4,29g Tzs=6,90g Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=0,04g SO=4,45g Tzs=8,40g Kisiskola: EN=1,190,58kcal FH=88,59g ZS=28,44g SZH=84,79g CK=0,08g SO=8,41g Tzs=11,60g		Ovoda: EN=607,40kcal FH=22,69g ZS=22,25g SZH=75,40g CK=1,55g SO=0,59g Tzs=1,43g Iskola: EN=766,53kcal FH=28,62g ZS=28,36g SZH=85,29g CK=1,77g SO=0,89g Tzs=1,84g Kisiskola: EN=932,37kcal FH=32,20g ZS=33,54g SZH=120,00g CK=2,07g SO=1,10g Tzs=2,25g		Ovoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=2,31g SO=1,11g Tzs=1,29g Iskola: EN=671,34kcal FH=30,34g ZS=19,92g SZH=85,29g CK=3,31g SO=1,57g Tzs=1,48g Kisiskola: EN=761,22kcal FH=34,53g ZS=22,14g SZH=102,33g CK=3,80g SO=2,01g Tzs=1,77g		Ovoda: EN=618,74kcal FH=53,08g ZS=21,97g SZH=52,78g CK=9,28g SO=4,34g Tzs=5,28g Iskola: EN=681,74kcal FH=57,44g ZS=25,74g SZH=55,72g CK=11,62g SO=4,72g Tzs=6,81g Kisiskola: EN=1,181,23kcal FH=104,38g ZS=40,44g SZH=101,11g CK=13,98g SO=8,79g Tzs=9,50g	
Ovoda: EN=648,64kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=59,25g CK=16,46g SO=3,81g Tzs=2,40g Iskola: EN=648,64kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=59,25g CK=16,46g SO=3,81g Tzs=2,40g Kisiskola: EN=1,005,58kcal FH=87,98g ZS=28,38g SZH=102,02g CK=16,50g SO=7,61g Tzs=4,10g		Ovoda: EN=213,80kcal FH=2,78g ZS=7,82g SZH=30,50g CK=0,00g SO=0,72g Tzs=1,24g Iskola: EN=226,20kcal FH=2,94g ZS=7,82g SZH=33,30g CK=0,00g SO=0,72g Tzs=1,24g Kisiskola: EN=374,40kcal FH=5,28g ZS=12,14g SZH=56,10g CK=0,00g SO=1,44g Tzs=1,79g		Ovoda: EN=536,24kcal FH=47,38g ZS=19,01g SZH=44,24g CK=0,04g SO=4,20g Tzs=3,35g Iskola: EN=536,24kcal FH=47,38g ZS=19,01g SZH=44,24g CK=0,04g SO=4,20g Tzs=3,35g Kisiskola: EN=1,072,48kcal FH=94,76g ZS=38,02g SZH=88,48g CK=0,08g SO=8,38g Tzs=6,70g		Ovoda: EN=502,54kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=43,44g CK=0,04g SO=4,31g Tzs=2,53g Iskola: EN=516,54kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=44,12g CK=0,04g SO=4,81g Tzs=2,67g Kisiskola: EN=980,58kcal FH=93,13g ZS=29,24g SZH=87,22g CK=0,09g SO=8,96g Tzs=4,43g		Ovoda: EN=561,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SO=3,81g Tzs=2,40g Iskola: EN=561,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SO=3,81g Tzs=2,40g Kisiskola: EN=1,070,58kcal FH=87,98g ZS=28,38g SZH=115,54g CK=26,58g SO=7,61g Tzs=4,10g		Ovoda: EN=548,64kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=59,25g CK=16,46g SO=3,81g Tzs=2,40g Iskola: EN=548,64kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=59,25g CK=16,46g SO=3,81g Tzs=2,40g Kisiskola: EN=1,005,58kcal FH=87,98g ZS=28,38g SZH=102,02g CK=16,50g SO=7,61g Tzs=4,10g	
Alma; Bebo margarin 10g; GLUTÉNMENTES; KÖLES BUCI		Alma; Bebo margarin 10g; GLUTÉNMENTES; KÖLES BUCI		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;			
Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;			
Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;			



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

Étlap név: 0300A1 Gluténmentes
Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só;
TZS=Telített zsírok
Diétás 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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host Étkészítési 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=Csillogfűrt; 15=Edesítőszerek; 16=Punatészték

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	
HÉTFŐ 2024.11.11.	Óvoda: EN=515,02kcal FH=44,35g ZS=16,03g SZH=48,71g CK=5,07g SO=3,81g Tzs=2,40g	Iskola: EN=527,28kcal FH=44,59g ZS=16,09g SZH=51,33g CK=7,09g SO=3,81g Tzs=2,40g	Óvoda: EN=453,39kcal FH=15,80g ZS=8,16g SZH=17,14g CK=12,50g SO=0,89g Tzs=0,58g	Iskola: EN=629,68kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=10,73g CK=16,24g SO=1,37g Tzs=1,05g	Óvoda: EN=238,20kcal FH=7,14g ZS=9,57g SZH=28,50g CK=5,70g SO=0,87g Tzs=3,99g	Iskola: EN=238,20kcal FH=7,14g ZS=9,57g SZH=28,50g CK=5,70g SO=0,87g Tzs=3,99g
	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Csontleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Körte;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
KEDD 2024.11.12.	Óvoda: EN=639,04kcal FH=50,19g ZS=18,94g SZH=66,97g CK=22,49g SO=4,01g Tzs=4,20g	Iskola: EN=661,04kcal FH=51,74g ZS=19,69g SZH=69,27g CK=24,79g SO=4,09g Tzs=4,65g	Óvoda: EN=483,78kcal FH=17,15g ZS=22,63g SZH=51,27g CK=3,31g SO=0,10g Tzs=0,92g	Iskola: EN=618,23kcal FH=22,89g ZS=31,04g SZH=65,58g CK=6,74g SO=0,18g Tzs=1,25g	Óvoda: EN=524,14kcal FH=48,89g ZS=17,37g SZH=43,28g CK=0,04g SO=4,39g Tzs=2,40g	Iskola: EN=558,54kcal FH=53,69g ZS=18,79g SZH=43,62g CK=0,04g SO=4,97g Tzs=2,40g
	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Karatlábé leves 'lisztmentes'; Koményes sertésült; Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
SZERDA 2024.11.13.	Óvoda: EN=582,54kcal FH=44,35g ZS=16,03g SZH=52,67g CK=0,00g SO=3,81g Tzs=2,40g	Iskola: EN=596,54kcal FH=44,59g ZS=16,09g SZH=53,27g CK=0,00g SO=3,81g Tzs=2,40g	Óvoda: EN=569,57kcal FH=35,49g ZS=18,05g SZH=56,83g CK=3,83g SO=1,84g Tzs=1,52g	Iskola: EN=678,45kcal FH=41,01g ZS=25,14g SZH=66,31g CK=4,45g SO=2,09g Tzs=1,87g	Óvoda: EN=559,34kcal FH=46,70g ZS=22,59g SZH=42,92g CK=0,07g SO=4,29g Tzs=5,18g	Iskola: EN=606,54kcal FH=48,51g ZS=27,03g SZH=43,02g CK=0,09g SO=4,60g Tzs=7,03g
	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Lebbencs leves 'lisztmentes'; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
CSÜTÖRTÖK 2024.11.14.	Óvoda: EN=580,14kcal FH=50,39g ZS=18,97g SZH=52,48g CK=9,24g SO=4,01g Tzs=4,20g	Iskola: EN=604,54kcal FH=52,24g ZS=19,74g SZH=55,12g CK=11,54g SO=4,09g Tzs=4,65g	Óvoda: EN=513,96kcal FH=35,49g ZS=18,05g SZH=56,19g CK=1,14g SO=1,49g Tzs=1,53g	Iskola: EN=605,76kcal FH=41,00g ZS=22,06g SZH=65,55g CK=1,26g SO=1,67g Tzs=1,89g	Óvoda: EN=502,54kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=43,44g CK=0,04g SO=4,31g Tzs=2,53g	Iskola: EN=516,54kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=44,12g CK=0,04g SO=4,81g Tzs=2,67g
	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldségleves 'lisztmentes'; Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2024.11.15.	Óvoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=0,04g SO=4,29g Tzs=6,90g	Iskola: EN=702,74kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=0,04g SO=4,45g Tzs=8,40g	Óvoda: EN=529,50kcal FH=23,34g ZS=23,87g SZH=71,36g CK=7,21g SO=0,53g Tzs=2,08g	Iskola: EN=678,77kcal FH=29,47g ZS=29,71g SZH=93,06g CK=8,61g SO=0,83g Tzs=2,59g	Óvoda: EN=557,24kcal FH=48,60g ZS=21,56g SZH=44,54g CK=0,10g SO=4,20g Tzs=2,93g	Iskola: EN=557,24kcal FH=46,60g ZS=21,56g SZH=44,54g CK=0,10g SO=4,20g Tzs=2,93g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VEMDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap név:

0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
 Tzs=Telített zsírsav
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Rakételek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszerez; 16=Puhatestűek

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.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. diétatitulusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
 Étkeztetési
 Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2024.11.18.		KEDD 2024.11.19.		SZERDA 2024.11.20.		CSÜTÖRTÖK 2024.11.21.		PÉNTEK 2024.11.22.	
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai	
Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkemcomb; Zöldborsófőzelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Brassói aprópecsenye; Forगतott burgonya;		Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökfőzelék tejfőlös 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	
Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; GLUTÉNMENTES;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Ovoda: EN=616,74kcal FH=52,19g ZS=22,34g SZH=52,37g CK=9,36g SO=4,41g Tzs=5,40g		Ovoda: EN=541,15kcal FH=21,86g ZS=20,69g SZH=64,79g CK=2,06g SO=0,37g Tzs=1,22g		Ovoda: EN=596,44kcal FH=38,25g ZS=20,30g SZH=54,92g CK=15,94g SO=1,49g Tzs=1,75g		Ovoda: EN=476,01kcal FH=23,85g ZS=12,98g SZH=61,06g CK=12,82g SO=0,42g Tzs=0,64g		Ovoda: EN=632,09kcal FH=28,40g ZS=32,15g SZH=53,92g CK=9,88g SO=1,59g Tzs=2,00g	
Iskola: EN=678,94kcal FH=55,74g ZS=26,49g SZH=55,07g CK=11,78g SO=4,66g Tzs=7,05g		Iskola: EN=709,61kcal FH=28,15g ZS=27,20g SZH=65,29g CK=3,59g SO=0,76g Tzs=1,64g		Iskola: EN=694,29kcal FH=43,70g ZS=24,31g SZH=78,49g CK=21,83g SO=1,79g Tzs=2,07g		Iskola: EN=615,79kcal FH=29,73g ZS=17,60g SZH=48,49g CK=18,41g SO=0,84g Tzs=0,94g		Iskola: EN=795,66kcal FH=33,59g ZS=41,65g SZH=67,06g CK=12,66g SO=1,99g Tzs=2,51g	
Kisiskola: EN=1178,08kcal FH=102,28g ZS=41,38g SZH=100,24g CK=14,18g SO=8,91g Tzs=9,80g		Kisiskola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=32,66g SZH=104,21g CK=4,26g SO=0,87g Tzs=2,05g		Kisiskola: EN=924,95kcal FH=61,96g ZS=28,68g SZH=93,77g CK=29,89g SO=2,91g Tzs=2,54g		Kisiskola: EN=725,53kcal FH=33,79g ZS=20,08g SZH=65,13g CK=22,43g SO=1,16g Tzs=1,11g		Kisiskola: EN=1001,70kcal FH=49,38g ZS=46,70g SZH=90,48g CK=15,75g SO=3,18g Tzs=2,89g	
Ovoda: EN=584,54kcal FH=49,15g ZS=21,28g SZH=49,37g CK=5,74g SO=3,96g Tzs=5,85g		Ovoda: EN=522,64kcal FH=44,43g ZS=15,94g SZH=50,47g CK=0,04g SO=3,81g Tzs=2,40g		Ovoda: EN=185,70kcal FH=2,70g ZS=7,91g SZH=23,70g CK=0,00g SO=0,72g Tzs=1,24g		Ovoda: EN=522,64kcal FH=44,43g ZS=15,94g SZH=50,47g CK=0,04g SO=3,81g Tzs=2,40g		Ovoda: EN=581,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SO=3,81g Tzs=2,40g	
Iskola: EN=588,54kcal FH=49,39g ZS=21,34g SZH=49,97g CK=5,74g SO=3,96g Tzs=5,85g		Iskola: EN=535,04kcal FH=46,60g ZS=21,56g SZH=44,54g CK=0,10g SO=4,20g Tzs=2,93g		Iskola: EN=189,70kcal FH=2,94g ZS=7,97g SZH=24,30g CK=0,00g SO=0,72g Tzs=1,24g		Iskola: EN=535,04kcal FH=46,60g ZS=21,56g SZH=44,54g CK=0,10g SO=4,20g Tzs=2,93g		Iskola: EN=551,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SO=3,81g Tzs=2,40g	
Kisiskola: EN=1047,58kcal FH=93,50g ZS=33,81g SZH=93,04g CK=4,578g SO=7,76g Tzs=7,55g		Kisiskola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=32,66g SZH=104,21g CK=4,26g SO=0,87g Tzs=2,05g		Kisiskola: EN=339,90kcal FH=5,40g ZS=12,32g SZH=17,40g CK=0,00g SO=1,44g Tzs=1,78g		Kisiskola: EN=982,08kcal FH=88,58g ZS=28,38g SZH=96,04g CK=0,00g SO=7,61g Tzs=4,10g		Kisiskola: EN=1070,58kcal FH=97,99g ZS=28,38g SZH=115,54g CK=0,00g SO=7,61g Tzs=4,10g	

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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;
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=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítósűk
E-mail: email@sull-host.hu
Diétás ételtek 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. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna		
HÉTFŐ 2024.11.25.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Gulyás leves sertéshússal; Kakaós csiga gluténmentes; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';		
	Ovoda: EN=582,54kcal FH=50,55g ZS=19,03g SZH=52,87g CK=9,24g SO=4,01g Tzs=4,20g	Iskola: EN=608,54kcal FH=52,34g ZS=19,84g SZH=55,77g CK=11,54g SO=4,06g Tzs=4,65g	Kisiskola: EN=1.089,58kcal FH=88,00g ZS=33,06g SZH=101,14g CK=13,88g SO=7,91g Tzs=6,80g	Ovoda: EN=451,09kcal FH=13,70g ZS=19,94g SZH=50,94g CK=1,04g SO=0,60g Tzs=0,03g	Iskola: EN=521,66kcal FH=18,73g ZS=21,68g SZH=58,87g CK=1,20g SO=1,42g Tzs=1,54g	Kisiskola: EN=790,46kcal FH=24,15g ZS=34,29g SZH=60,45g CK=1,43g SO=1,42g Tzs=1,54g	
KEDD 2024.11.26.	Tej (2)*; Házi zöldséges sonkakrém 'tej-gluténmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Karatlábé leves 'lisztmentes'; Húsgombóc sült tojásment.; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;		Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		
	Ovoda: EN=580,70kcal FH=52,60g ZS=17,81g SZH=53,20g CK=9,23g SO=4,59g Tzs=4,23g	Iskola: EN=612,16kcal FH=55,39g ZS=18,76g SZH=56,18g CK=11,59g SO=4,89g Tzs=4,75g	Kisiskola: EN=1.039,40kcal FH=102,06g ZS=32,13g SZH=101,76g CK=13,93g SO=8,99g Tzs=6,97g	Ovoda: EN=507,73kcal FH=17,13g ZS=19,54g SZH=66,57g CK=1,87g SO=0,40g Tzs=0,79g	Iskola: EN=664,03kcal FH=22,44g ZS=27,33g SZH=82,68g CK=2,66g SO=0,88g Tzs=1,11g	Kisiskola: EN=775,14kcal FH=25,52g ZS=32,66g SZH=95,19g CK=2,98g SO=1,20g Tzs=1,42g	
SZERDA 2024.11.27.	Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldségzörs (9)*; Rizibizi;		Joghurt (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;		
	Ovoda: EN=523,02kcal FH=46,09g ZS=16,20g SZH=48,48g CK=5,07g SO=4,31g Tzs=2,53g	Iskola: EN=545,28kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=51,27g CK=7,11g SO=4,81g Tzs=2,67g	Kisiskola: EN=1.077,42kcal FH=93,19g ZS=29,24g SZH=96,29g CK=1,4g SO=8,86g Tzs=4,43g	Ovoda: EN=579,56kcal FH=16,12g ZS=17,03g SZH=51,24g CK=3,77g SO=1,31g Tzs=1,79g	Iskola: EN=512,08kcal FH=21,29g ZS=22,01g SZH=53,44g CK=5,11g SO=1,79g Tzs=2,31g	Kisiskola: EN=631,22kcal FH=25,59g ZS=26,08g SZH=57,59g CK=6,63g SO=2,36g Tzs=2,75g	
CSÜTÖRTÖK 2024.11.28.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		
	Ovoda: EN=502,26kcal FH=46,26g ZS=13,79g SZH=48,48g CK=5,09g SO=3,82g Tzs=1,70g	Iskola: EN=536,42kcal FH=48,00g ZS=15,43g SZH=51,27g CK=7,11g SO=3,82g Tzs=1,70g	Kisiskola: EN=1.014,36kcal FH=92,86g ZS=28,78g SZH=96,33g CK=9,15g SO=7,62g Tzs=3,40g	Ovoda: EN=520,64kcal FH=25,42g ZS=17,37g SZH=53,09g CK=2,172g SO=0,12g Tzs=1,18g	Iskola: EN=703,79kcal FH=33,19g ZS=22,60g SZH=58,62g CK=2,954g SO=0,52g Tzs=1,52g	Kisiskola: EN=831,63kcal FH=37,83g ZS=27,03g SZH=65,40g CK=3,68g SO=0,77g Tzs=1,95g	
PÉNTEK 2024.11.29.	Ovoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=0,04g SO=4,29g Tzs=6,90g		Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=0,04g SO=4,45g Tzs=8,40g	Kisiskola: EN=1.180,56kcal FH=100,98g ZS=39,98g SZH=94,79g CK=0,08g SO=8,41g Tzs=11,60g	Ovoda: EN=535,82kcal FH=21,73g ZS=19,48g SZH=52,32g CK=2,68g SO=0,59g Tzs=1,98g	Iskola: EN=696,60kcal FH=28,02g ZS=27,26g SZH=57,92g CK=3,30g SO=1,00g Tzs=2,75g	Kisiskola: EN=805,83kcal FH=32,04g ZS=30,99g SZH=60,75g CK=3,79g SO=1,09g Tzs=3,16g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO.
TZS=Teljes 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=Kán-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Élesztőszer; 16=Puhasztók
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussáíól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) **Rendszer 3.0**

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-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 rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (lisztmentes,tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,06g	0,27g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,54kcal	20,23g	11,43g	13,62g	4,40g	0,35g	1,90g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	229,65kcal	17,21g	6,42g	24,42g	1,06g	0,18g	0,22g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Órölt 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
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-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Órölt 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, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,22g	0,04g
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
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
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
Gomba leves 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	77,89kcal	2,73g	2,20g	11,44g	0,99g	0,09g	0,22g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,06g	0,63g
Gyümölcsrizs 'tejes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Tej '1,5%'	298,60kcal	12,13g	4,69g	63,06g	31,50g	0,30g	2,70g
Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,85g	2,40g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Házi zöldseges sonkakrém 'tej-gluténmentes' Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Liga margarin, Petrezselyem zöld	32,06kcal	2,11g	2,35g	0,73g	0,05g	0,58g	0,73g
Húsgombóc sült tojásment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Órölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga gluténmentes Összetétel: Fagy. Kakaós csiga gluténmentes 60g	227,40kcal	2,88g	10,80g	28,20g	0,00g	0,54g	8,40g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Órölt 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, Órölt 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: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-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
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	157,14kcal	12,57g	6,31g	12,64g	0,03g	1,10g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	457,04kcal	43,99g	12,44g	42,77g	0,04g	3,81g	1,70g
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
KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. köles buci gluténmentes 60g	148,20kcal	2,34g	4,32g	22,80g	0,00g	0,72g	0,54g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. prítamin 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, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,07kcal	2,16g	2,99g	16,55g	0,89g	0,09g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	158,55kcal	1,69g	3,90g	28,58g	20,65g	0,15g	0,40g
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
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 '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
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,13kcal	6,42g	5,62g	20,34g	7,60g	0,40g	1,30g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g
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
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
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Rakott 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
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 almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-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
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 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,71kcal	1,87g	3,17g	15,38g	1,02g	0,18g	0,32g
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
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	234,50kcal	9,39g	3,15g	56,65g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.11.01.-től 2024.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Uborka Összetétel: Kigyo uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
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 csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
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
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
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 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
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