

Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.11.02. Tej (2)*, Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Joghurt (2)*, Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Gluténmentes kenyér;	Palócz leves; Tejberizs (2)*; Kakao szórat (4)*;	Mini méz; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Lecsós sertésszelet; Tört burgonya;
KEDD 2026.11.03. Tej (2)*, Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Karfiol leves; Sertés sült; Megymártás; Főtt burgonya; GLUTÉNMENTES KENYER 'ébédE';	Alma; Bebo margarin 10g; KÖLES BUCI; GLUTÉNMENTES;	Sült csirkecomb; Tört burgonya; Alma;
SZERDA 2026.11.04. Tea citromos; Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Bebo margarin 10g; Alma; Gluténmentes kenyér;	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tarhonyaleves; Vadas pulykaapró (5, 11)*; Szarvacska tészta; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Gluténmentes kenyér;	Zöldborsós sertésragu; Tört burgonya;
CSÜTÖRTÖK 2026.11.05. Tej (2)*, Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Tea citromos; Házi körözött (2)*; Gluténmentes kenyér;	Vegyes gyümölcskrémleves 'tejes' (2)*; Paprikás burgonya; Csemege uborka (11)*;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Gluténmentes kenyér;	Párizsi csirkemell (3)*; Kukoricás rizs;
PÉNTEK 2026.11.06. Baromfi párizsi; Gluténmentes kenyér; Bebo margarin 10g;	Tej (2)*; Zala felvágott; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Burgonyaleves; Csirke vagdalt; Prajfőzelék (2)*; Főtt burgonya; Gluténmentes kenyér;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Alma rostoslé 2dl; Csirkemájkrém 50g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika; Banán;

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 0300A1 Gluténmentes



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

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=SZÓ; TZS=Tejlelt zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűk; Diétás ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegei OVI (www.ovi.szegevaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)



	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.11.09.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 50g; Uborka; Gluténmentes kenyér.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Gombakrémleves; Bolognai halas-fésztla (9)*; Gluténmentes kenyér;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Sertésragu; Szarvacska tészta;
KEDD 2026.11.10.	Tea citromos; Főtt virsli; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Zöldségleves; Rakott burgonya (2)*; Köte;	Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Sertés pörkölt; Kelkáposztafőzelék; Alma; Gluténmentes kenyér;
	ÖVI: E=332kcal ISK: E=343kcal K.I.S.K.: E=435kcal F=7g ZS=19g F=8g ZS=22g F=8g ZS=22g S=1g TZS=6g S=1g TZS=6g S=1g TZS=6g	ÖVI: E=374kcal ISK: E=326kcal K.I.S.K.: E=553kcal F=7g ZS=9g F=6g ZS=10g F=10g ZS=14g S=0g TZS=3g S=0g TZS=3g S=0g TZS=4g	ÖVI: E=479kcal ISK: E=628kcal K.I.S.K.: E=785kcal F=22g ZS=14g F=29g ZS=19g F=38g ZS=28g S=0g TZS=2g S=1g TZS=2g S=1g TZS=4g	ÖVI: E=200kcal ISK: E=234kcal K.I.S.K.: E=284kcal F=6g ZS=8g F=10g ZS=8g F=13g ZS=13g S=1g TZS=1g S=1g TZS=1g S=2g TZS=1g	ÖVI: E=450kcal ISK: E=535kcal K.I.S.K.: E=730kcal F=21g ZS=15g F=26g ZS=18g F=29g ZS=24g S=0g TZS=1g S=0g TZS=1g S=0g TZS=2g
SZERDA 2026.11.11.	Tej (2)*; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Rizsleves; Köményes sertésült; Burgonyafőzelék; Gluténmentes kenyér; Narancs;	Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Brassói aprópecsenye; Zöldbabfőzelék; Gluténmentes kenyér;
CSÜTÖRTÖK 2026.11.12.	Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Lebbencs leves; Kaporos káposzta; Gluténmentes kenyér;	Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Zöldséges rizses 'pulyka'; Almakompót;
	ÖVI: E=350kcal ISK: E=406kcal K.I.S.K.: E=592kcal F=15g ZS=16g F=18g ZS=19g F=24g ZS=25g S=1g TZS=7g S=1g TZS=9g S=1g TZS=11g	ÖVI: E=256kcal ISK: E=280kcal K.I.S.K.: E=438kcal F=16g ZS=8g F=9g ZS=10g F=11g ZS=14g S=0g TZS=3g S=0g TZS=3g S=0g TZS=4g	ÖVI: E=493kcal ISK: E=591kcal K.I.S.K.: E=784kcal F=23g ZS=15g F=28g ZS=18g F=32g ZS=25g S=0g TZS=1g S=0g TZS=1g S=0g TZS=2g	ÖVI: E=178kcal ISK: E=192kcal K.I.S.K.: E=311kcal F=2g ZS=7g F=4g ZS=7g F=6g ZS=10g S=1g TZS=1g S=1g TZS=1g S=1g TZS=2g	ÖVI: E=305kcal ISK: E=459kcal K.I.S.K.: E=569kcal F=8g ZS=8g F=12g ZS=11g F=16g ZS=14g S=4g TZS=2g S=7g TZS=3g S=9g TZS=3g
PÉNTEK 2026.11.13.	Tea citromos; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Zöldborsó leves; Mézes mustáros csirkefile (11)*; Párolt rizs; Alma;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Gluténmentes kenyér;	Alma rostoslé 2dl; Csirkemájkrém 50g; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Alma;
	ÖVI: E=205kcal ISK: E=231kcal K.I.S.K.: E=380kcal F=3g ZS=7g F=5g ZS=7g F=7g ZS=10g S=1g TZS=1g S=1g TZS=1g S=1g TZS=2g	ÖVI: E=346kcal ISK: E=378kcal K.I.S.K.: E=641kcal F=8g ZS=13g F=11g ZS=15g F=14g ZS=21g S=1g TZS=6g S=1g TZS=7g S=1g TZS=9g	ÖVI: E=584kcal ISK: E=613kcal K.I.S.K.: E=967kcal F=24g ZS=20g F=31g ZS=32g F=38g ZS=38g S=0g TZS=2g S=0g TZS=2g S=0g TZS=3g	ÖVI: E=238kcal ISK: E=238kcal K.I.S.K.: E=386kcal F=7g ZS=10g F=7g ZS=10g F=10g ZS=14g S=1g TZS=4g S=1g TZS=4g S=2g TZS=4g	ÖVI: E=385kcal ISK: E=505kcal K.I.S.K.: E=617kcal F=15g ZS=14g F=20g ZS=18g F=23g ZS=22g S=0g TZS=1g S=0g TZS=1g S=1g TZS=1g
	ÖVI: E=205kcal ISK: E=231kcal K.I.S.K.: E=380kcal F=3g ZS=7g F=5g ZS=7g F=7g ZS=10g S=1g TZS=1g S=1g TZS=1g S=1g TZS=2g	ÖVI: E=346kcal ISK: E=378kcal K.I.S.K.: E=641kcal F=8g ZS=13g F=11g ZS=15g F=14g ZS=21g S=1g TZS=6g S=1g TZS=7g S=1g TZS=9g	ÖVI: E=584kcal ISK: E=613kcal K.I.S.K.: E=967kcal F=24g ZS=20g F=31g ZS=32g F=38g ZS=38g S=0g TZS=2g S=0g TZS=2g S=0g TZS=3g	ÖVI: E=238kcal ISK: E=238kcal K.I.S.K.: E=386kcal F=7g ZS=10g F=7g ZS=10g F=10g ZS=14g S=1g TZS=4g S=1g TZS=4g S=2g TZS=4g	ÖVI: E=385kcal ISK: E=505kcal K.I.S.K.: E=617kcal F=15g ZS=14g F=20g ZS=18g F=23g ZS=22g S=0g TZS=1g S=0g TZS=1g S=1g TZS=1g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 0300A1 Gluténmentes



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu Ellenőrizte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=Só; TZS=Telített zsír (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6-Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szárazmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer; 17=Élesztő; 18=Élesztő; 19=Élesztő; 20=Élesztő; 21=Élesztő; 22=Élesztő; 23=Élesztő; 24=Élesztő; 25=Élesztő; 26=Élesztő; 27=Élesztő; 28=Élesztő; 29=Élesztő; 30=Élesztő; 31=Élesztő; 32=Élesztő; 33=Élesztő; 34=Élesztő; 35=Élesztő; 36=Élesztő; 37=Élesztő; 38=Élesztő; 39=Élesztő; 40=Élesztő; 41=Élesztő; 42=Élesztő; 43=Élesztő; 44=Élesztő; 45=Élesztő; 46=Élesztő; 47=Élesztő; 48=Élesztő; 49=Élesztő; 50=Élesztő; 51=Élesztő; 52=Élesztő; 53=Élesztő; 54=Élesztő; 55=Élesztő; 56=Élesztő; 57=Élesztő; 58=Élesztő; 59=Élesztő; 60=Élesztő; 61=Élesztő; 62=Élesztő; 63=Élesztő; 64=Élesztő; 65=Élesztő; 66=Élesztő; 67=Élesztő; 68=Élesztő; 69=Élesztő; 70=Élesztő; 71=Élesztő; 72=Élesztő; 73=Élesztő; 74=Élesztő; 75=Élesztő; 76=Élesztő; 77=Élesztő; 78=Élesztő; 79=Élesztő; 80=Élesztő; 81=Élesztő; 82=Élesztő; 83=Élesztő; 84=Élesztő; 85=Élesztő; 86=Élesztő; 87=Élesztő; 88=Élesztő; 89=Élesztő; 90=Élesztő; 91=Élesztő; 92=Élesztő; 93=Élesztő; 94=Élesztő; 95=Élesztő; 96=Élesztő; 97=Élesztő; 98=Élesztő; 99=Élesztő; 100=Élesztő; 101=Élesztő; 102=Élesztő; 103=Élesztő; 104=Élesztő; 105=Élesztő; 106=Élesztő; 107=Élesztő; 108=Élesztő; 109=Élesztő; 110=Élesztő; 111=Élesztő; 112=Élesztő; 113=Élesztő; 114=Élesztő; 115=Élesztő; 116=Élesztő; 117=Élesztő; 118=Élesztő; 119=Élesztő; 120=Élesztő; 121=Élesztő; 122=Élesztő; 123=Élesztő; 124=Élesztő; 125=Élesztő; 126=Élesztő; 127=Élesztő; 128=Élesztő; 129=Élesztő; 130=Élesztő; 131=Élesztő; 132=Élesztő; 133=Élesztő; 134=Élesztő; 135=Élesztő; 136=Élesztő; 137=Élesztő; 138=Élesztő; 139=Élesztő; 140=Élesztő; 141=Élesztő; 142=Élesztő; 143=Élesztő; 144=Élesztő; 145=Élesztő; 146=Élesztő; 147=Élesztő; 148=Élesztő; 149=Élesztő; 150=Élesztő; 151=Élesztő; 152=Élesztő; 153=Élesztő; 154=Élesztő; 155=Élesztő; 156=Élesztő; 157=Élesztő; 158=Élesztő; 159=Élesztő; 160=Élesztő; 161=Élesztő; 162=Élesztő; 163=Élesztő; 164=Élesztő; 165=Élesztő; 166=Élesztő; 167=Élesztő; 168=Élesztő; 169=Élesztő; 170=Élesztő; 171=Élesztő; 172=Élesztő; 173=Élesztő; 174=Élesztő; 175=Élesztő; 176=Élesztő; 177=Élesztő; 178=Élesztő; 179=Élesztő; 180=Élesztő; 181=Élesztő; 182=Élesztő; 183=Élesztő; 184=Élesztő; 185=Élesztő; 186=Élesztő; 187=Élesztő; 188=Élesztő; 189=Élesztő; 190=Élesztő; 191=Élesztő; 192=Élesztő; 193=Élesztő; 194=Élesztő; 195=Élesztő; 196=Élesztő; 197=Élesztő; 198=Élesztő; 199=Élesztő; 200=Élesztő; 201=Élesztő; 202=Élesztő; 203=Élesztő; 204=Élesztő; 205=Élesztő; 206=Élesztő; 207=Élesztő; 208=Élesztő; 209=Élesztő; 210=Élesztő; 211=Élesztő; 212=Élesztő; 213=Élesztő; 214=Élesztő; 215=Élesztő; 216=Élesztő; 217=Élesztő; 218=Élesztő; 219=Élesztő; 220=Élesztő; 221=Élesztő; 222=Élesztő; 223=Élesztő; 224=Élesztő; 225=Élesztő; 226=Élesztő; 227=Élesztő; 228=Élesztő; 229=Élesztő; 230=Élesztő; 231=Élesztő; 232=Élesztő; 233=Élesztő; 234=Élesztő; 235=Élesztő; 236=Élesztő; 237=Élesztő; 238=Élesztő; 239=Élesztő; 240=Élesztő; 241=Élesztő; 242=Élesztő; 243=Élesztő; 244=Élesztő; 245=Élesztő; 246=Élesztő; 247=Élesztő; 248=Élesztő; 249=Élesztő; 250=Élesztő; 251=Élesztő; 252=Élesztő; 253=Élesztő; 254=Élesztő; 255=Élesztő; 256=Élesztő; 257=Élesztő; 258=Élesztő; 259=Élesztő; 260=Élesztő; 261=Élesztő; 262=Élesztő; 263=Élesztő; 264=Élesztő; 265=Élesztő; 266=Élesztő; 267=Élesztő; 268=Élesztő; 269=Élesztő; 270=Élesztő; 271=Élesztő; 272=Élesztő; 273=Élesztő; 274=Élesztő; 275=Élesztő; 276=Élesztő; 277=Élesztő; 278=Élesztő; 279=Élesztő; 280=Élesztő; 281=Élesztő; 282=Élesztő; 283=Élesztő; 284=Élesztő; 285=Élesztő; 286=Élesztő; 287=Élesztő; 288=Élesztő; 289=Élesztő; 290=Élesztő; 291=Élesztő; 292=Élesztő; 293=Élesztő; 294=Élesztő; 295=Élesztő; 296=Élesztő; 297=Élesztő; 298=Élesztő; 299=Élesztő; 300=Élesztő; 301=Élesztő; 302=Élesztő; 303=Élesztő; 304=Élesztő; 305=Élesztő; 306=Élesztő; 307=Élesztő; 308=Élesztő; 309=Élesztő; 310=Élesztő; 311=Élesztő; 312=Élesztő; 313=Élesztő; 314=Élesztő; 315=Élesztő; 316=Élesztő; 317=Élesztő; 318=Élesztő; 319=Élesztő; 320=Élesztő; 321=Élesztő; 322=Élesztő; 323=Élesztő; 324=Élesztő; 325=Élesztő; 326=Élesztő; 327=Élesztő; 328=Élesztő; 329=Élesztő; 330=Élesztő; 331=Élesztő; 332=Élesztő; 333=Élesztő; 334=Élesztő; 335=Élesztő; 336=Élesztő; 337=Élesztő; 338=Élesztő; 339=Élesztő; 340=Élesztő; 341=Élesztő; 342=Élesztő; 343=Élesztő; 344=Élesztő; 345=Élesztő; 346=Élesztő; 347=Élesztő; 348=Élesztő; 349=Élesztő; 350=Élesztő; 351=Élesztő; 352=Élesztő; 353=Élesztő; 354=Élesztő; 355=Élesztő; 356=Élesztő; 357=Élesztő; 358=Élesztő; 359=Élesztő; 360=Élesztő; 361=Élesztő; 362=Élesztő; 363=Élesztő; 364=Élesztő; 365=Élesztő; 366=Élesztő; 367=Élesztő; 368=Élesztő; 369=Élesztő; 370=Élesztő; 371=Élesztő; 372=Élesztő; 373=Élesztő; 374=Élesztő; 375=Élesztő; 376=Élesztő; 377=Élesztő; 378=Élesztő; 379=Élesztő; 380=Élesztő; 381=Élesztő; 382=Élesztő; 383=Élesztő; 384=Élesztő; 385=Élesztő; 386=Élesztő; 387=Élesztő; 388=Élesztő; 389=Élesztő; 390=Élesztő; 391=Élesztő; 392=Élesztő; 393=Élesztő; 394=Élesztő; 395=Élesztő; 396=Élesztő; 397=Élesztő; 398=Élesztő; 399=Élesztő; 400=Élesztő; 401=Élesztő; 402=Élesztő; 403=Élesztő; 404=Élesztő; 405=Élesztő; 406=Élesztő; 407=Élesztő; 408=Élesztő; 409=Élesztő; 410=Élesztő; 411=Élesztő; 412=Élesztő; 413=Élesztő; 414=Élesztő; 415=Élesztő; 416=Élesztő; 417=Élesztő; 418=Élesztő; 419=Élesztő; 420=Élesztő; 421=Élesztő; 422=Élesztő; 423=Élesztő; 424=Élesztő; 425=Élesztő; 426=Élesztő; 427=Élesztő; 428=Élesztő; 429=Élesztő; 430=Élesztő; 431=Élesztő; 432=Élesztő; 433=Élesztő; 434=Élesztő; 435=Élesztő; 436=Élesztő; 437=Élesztő; 438=Élesztő; 439=Élesztő; 440=Élesztő; 441=Élesztő; 442=Élesztő; 443=Élesztő; 444=Élesztő; 445=Élesztő; 446=Élesztő; 447=Élesztő; 448=Élesztő; 449=Élesztő; 450=Élesztő; 451=Élesztő; 452=Élesztő; 453=Élesztő; 454=Élesztő; 455=Élesztő; 456=Élesztő; 457=Élesztő; 458=Élesztő; 459=Élesztő; 460=Élesztő; 461=Élesztő; 462=Élesztő; 463=Élesztő; 464=Élesztő; 465=Élesztő; 466=Élesztő; 467=Élesztő; 468=Élesztő; 469=Élesztő; 470=Élesztő; 471=Élesztő; 472=Élesztő; 473=Élesztő; 474=Élesztő; 475=Élesztő; 476=Élesztő; 477=Élesztő; 478=Élesztő; 479=Élesztő; 480=Élesztő; 481=Élesztő; 482=Élesztő; 483=Élesztő; 484=Élesztő; 485=Élesztő; 486=Élesztő; 487=Élesztő; 488=Élesztő; 489=Élesztő; 490=Élesztő; 491=Élesztő; 492=Élesztő; 493=Élesztő; 494=Élesztő; 495=Élesztő; 496=Élesztő; 497=Élesztő; 498=Élesztő; 499=Élesztő; 500=Élesztő; 501=Élesztő; 502=Élesztő; 503=Élesztő; 504=Élesztő; 505=Élesztő; 506=Élesztő; 507=Élesztő; 508=Élesztő; 509=Élesztő; 510=Élesztő; 511=Élesztő; 512=Élesztő; 513=Élesztő; 514=Élesztő; 515=Élesztő; 516=Élesztő; 517=Élesztő; 518=Élesztő; 519=Élesztő; 520=Élesztő; 521=Élesztő; 522=Élesztő; 523=Élesztő; 524=Élesztő; 525=Élesztő; 526=Élesztő; 527=Élesztő; 528=Élesztő; 529=Élesztő; 530=Élesztő; 531=Élesztő; 532=Élesztő; 533=Élesztő; 534=Élesztő; 535=Élesztő; 536=Élesztő; 537=Élesztő; 538=Élesztő; 539=Élesztő; 540=Élesztő; 541=Élesztő; 542=Élesztő; 543=Élesztő; 544=Élesztő; 545=Élesztő; 546=Élesztő; 547=Élesztő; 548=Élesztő; 549=Élesztő; 550=Élesztő; 551=Élesztő; 552=Élesztő; 553=Élesztő; 554=Élesztő; 555=Élesztő; 556=Élesztő; 557=Élesztő; 558=Élesztő; 559=Élesztő; 560=Élesztő; 561=Élesztő; 562=Élesztő; 563=Élesztő; 564=Élesztő; 565=Élesztő; 566=Élesztő; 567=Élesztő; 568=Élesztő; 569=Élesztő; 570=Élesztő; 571=Élesztő; 572=Élesztő; 573=Élesztő; 574=Élesztő; 575=Élesztő; 576=Élesztő; 577=Élesztő; 578=Élesztő; 579=Élesztő; 580=Élesztő; 581=Élesztő; 582=Élesztő; 583=Élesztő; 584=Élesztő; 585=Élesztő; 586=Élesztő; 587=Élesztő; 588=Élesztő; 589=Élesztő; 590=Élesztő; 591=Élesztő; 592=Élesztő; 593=Élesztő; 594=Élesztő; 595=Élesztő; 596=Élesztő; 597=Élesztő; 598=Élesztő; 599=Élesztő; 600=Élesztő; 601=Élesztő; 602=Élesztő; 603=Élesztő; 604=Élesztő; 605=Élesztő; 606=Élesztő; 607=Élesztő; 608=Élesztő; 609=Élesztő; 610=Élesztő; 611=Élesztő; 612=Élesztő; 613=Élesztő; 614=Élesztő; 615=Élesztő; 616=Élesztő; 617=Élesztő; 618=Élesztő; 619=Élesztő; 620=Élesztő; 621=Élesztő; 622=Élesztő; 623=Élesztő; 624=Élesztő; 625=Élesztő; 626=Élesztő; 627=Élesztő; 628=Élesztő; 629=Élesztő; 630=Élesztő; 631=Élesztő; 632=Élesztő; 633=Élesztő; 634=Élesztő; 635=Élesztő; 636=Élesztő; 637=Élesztő; 638=Élesztő; 639=Élesztő; 640=Élesztő; 641=Élesztő; 642=Élesztő; 643=Élesztő; 644=Élesztő; 645=Élesztő; 646=Élesztő; 647=Élesztő; 648=Élesztő; 649=Élesztő; 650=Élesztő; 651=Élesztő; 652=Élesztő; 653=Élesztő; 654=Élesztő; 655=Élesztő; 656=Élesztő; 657=Élesztő; 658=Élesztő; 659=Élesztő; 660=Élesztő; 661=Élesztő; 662=Élesztő; 663=Élesztő; 664=Élesztő; 665=Élesztő; 666=Élesztő; 667=Élesztő; 668=Élesztő; 669=Élesztő; 670=Élesztő; 671=Élesztő; 672=Élesztő; 673=Élesztő; 674=Élesztő; 675=Élesztő; 676=Élesztő; 677=Élesztő; 678=Élesztő; 679=Élesztő; 680=Élesztő; 681=Élesztő; 682=Élesztő; 683=Élesztő; 684=Élesztő; 685=Élesztő; 686=Élesztő; 687=Élesztő; 688=Élesztő; 689=Élesztő; 690=Élesztő; 691=Élesztő; 692=Élesztő; 693=Élesztő; 694=Élesztő; 695=Élesztő; 696=Élesztő; 697=Élesztő; 698=Élesztő; 699=Élesztő; 700=Élesztő; 701=Élesztő; 702=Élesztő; 703=Élesztő; 704=Élesztő; 705=Élesztő; 706=Élesztő; 707=Élesztő; 708=Élesztő; 709=Élesztő; 710=Élesztő; 711=Élesztő; 712=Élesztő; 713=Élesztő; 714=Élesztő; 715=Élesztő; 716=Élesztő; 717=Élesztő; 718=Élesztő; 719=Élesztő; 720=Élesztő; 721=Élesztő; 722=Élesztő; 723=Élesztő; 724=Élesztő; 725=Élesztő; 726=Élesztő; 727=Élesztő; 728=Élesztő; 729=Élesztő; 730=Élesztő; 731=Élesztő; 732=Élesztő; 733=Élesztő; 734=Élesztő; 735=Élesztő; 736=Élesztő; 737=Élesztő; 738=Élesztő; 739=Élesztő; 740=Élesztő; 741=Élesztő; 742=Élesztő; 743=Élesztő; 744=Élesztő; 745=Élesztő; 746=Élesztő; 747=Élesztő; 748=Élesztő; 749=Élesztő; 750=Élesztő; 751=Élesztő; 752=Élesztő; 753=Élesztő; 754=Élesztő; 755=Élesztő; 756=Élesztő; 757=Élesztő; 758=Élesztő; 759=Élesztő; 760=Élesztő; 761=Élesztő; 762=Élesztő; 763=Élesztő; 764=Élesztő; 765=Élesztő; 766=Élesztő; 767=Élesztő; 768=Élesztő; 769=Élesztő; 770=Élesztő; 771=Élesztő; 772=Élesztő; 773=Élesztő; 774=Élesztő; 775=Élesztő; 776=Élesztő; 777=Élesztő; 778=Élesztő; 779=Élesztő; 780=Élesztő; 781=Élesztő; 782=Élesztő; 783=Élesztő; 784=Élesztő; 785=Élesztő; 786=Élesztő; 787=Élesztő; 788=Élesztő; 789=Élesztő; 790=Élesztő; 791=Élesztő; 792=Élesztő; 793=Élesztő; 794=Élesztő; 795=Élesztő; 796=Élesztő; 797=Élesztő; 798=Élesztő; 799=Élesztő; 800=Élesztő; 801=Élesztő; 802=Élesztő; 803=Élesztő; 804=Élesztő; 805=Élesztő; 806=Élesztő; 807=Élesztő; 808=Élesztő; 809=Élesztő; 810=Élesztő; 811=Élesztő; 812=Élesztő; 813=Élesztő; 814=Élesztő; 815=Élesztő; 816=Élesztő; 817=Élesztő; 818=Élesztő; 819=Élesztő; 820=Élesztő; 821=Élesztő; 822=Élesztő; 823=Élesztő; 824=Élesztő; 825=Élesztő; 826=Élesztő; 827=Élesztő; 828=Élesztő; 829=Élesztő; 830=Élesztő; 831=Élesztő; 832=Élesztő; 833=Élesztő; 834=Élesztő; 835=Élesztő; 836=Élesztő; 837=Élesztő; 838=Élesztő; 839=Élesztő; 840=Élesztő; 841=Élesztő; 842=Élesztő; 843=Élesztő; 844=Élesztő; 845=Élesztő; 846=Élesztő; 847=Élesztő; 848=Élesztő; 849=Élesztő; 850=Élesztő; 851=Élesztő; 852=Élesztő; 853=Élesztő; 854=Élesztő; 855=Élesztő; 856=Élesztő; 857=Élesztő; 858=Élesztő; 859=Élesztő; 860=Élesztő; 861=Élesztő; 862=Élesztő; 863=Élesztő; 864=Élesztő; 865=Élesztő; 866=Élesztő; 867=Élesztő; 868=Élesztő; 869=Élesztő; 870=Élesztő; 871=Élesztő; 872=Élesztő; 873=Élesztő; 874=Élesztő; 875=Élesztő; 876=Élesztő; 877=Élesztő; 878=Élesztő; 879=Élesztő; 880=Élesztő; 881=Élesztő; 882=Élesztő; 883=Élesztő; 884=Élesztő; 885=Élesztő; 886=Élesztő; 887=Élesztő; 888=Élesztő; 889=Élesztő; 890=Élesztő; 891=Élesztő; 892=Élesztő; 893=Élesztő; 894=Élesztő; 895=Élesztő; 896=Élesztő; 897=Élesztő; 898=Élesztő; 899=Élesztő; 900=Élesztő; 901=Élesztő; 902=Élesztő; 903=Élesztő; 904=Élesztő; 905=Élesztő; 906=Élesztő; 907=Élesztő; 908=Élesztő; 909=Élesztő; 910=Élesztő; 911=Élesztő; 912=Élesztő; 913=Élesztő; 914=Élesztő; 915=Élesztő; 916=Élesztő; 917=Élesztő; 918=Élesztő; 919=Élesztő; 920=Élesztő; 921=Élesztő; 922=Élesztő; 923=Élesztő; 924=Élesztő; 925=Élesztő; 926=Élesztő; 927=Élesztő; 928=Élesztő; 929=Élesztő; 930=Élesztő; 931=Élesztő; 932=Élesztő; 933=Élesztő; 934=Élesztő; 935=Élesztő; 936=Élesztő; 937=Élesztő; 938=Élesztő; 939=Élesztő; 940=Élesztő; 941=Élesztő; 942=Élesztő; 943=Élesztő; 944=Élesztő; 945=Élesztő; 946=Élesztő; 947=Élesztő; 948=Élesztő; 949=Élesztő; 950=Élesztő; 951=Élesztő; 952=Élesztő; 953=Élesztő; 954=Élesztő; 955=Élesztő; 956=Élesztő; 957=Élesztő; 958=Élesztő; 959=Élesztő; 960=Élesztő; 961=Élesztő; 962=Élesztő; 963=Élesztő; 964=Élesztő; 965=Élesztő; 966=Élesztő; 967=Élesztő; 968=Élesztő; 969=Élesztő; 970=Élesztő; 971=Élesztő; 972=Éleszt

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.11.16.	Tea citromos; Zala felvágott; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tej (2)*; Baromfi párizsi; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Meggyleves; Bácskai rizseshús; Gluténmentes kenyér; Csemege uborka (11)*;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Gluténmentes kenyér;	Aprópecsenye; Szarvacskatészta;
	ÖN: E=227kcal Isk: E=278kcal K: Isk: E=373kcal F=3g ZS=9g F=6g ZS=12g F=8g ZS=17g SZ=32g C=6g SZ=35g C=8g SZ=64g C=12g S=0g Tzs=2g S=1g Tzs=3g S=1g Tzs=4g	ÖN: E=292kcal Isk: E=384kcal K: Isk: E=529kcal F=9g ZS=13g F=12g ZS=17g F=15g ZS=22g SZ=36g C=11g SZ=39g C=13g SZ=60g C=17g S=1g Tzs=4g S=1g Tzs=6g S=1g Tzs=7g	ÖN: E=640kcal Isk: E=761kcal K: Isk: E=1000kcal F=22g ZS=16g F=26g ZS=19g F=32g ZS=25g SZ=100g C=22g SZ=117g C=34g SZ=150g C=40g S=2g S=1g Tzs=1g S=2g Tzs=1g Tzs=2g	ÖN: E=233kcal Isk: E=233kcal K: Isk: E=465kcal F=3g ZS=12g F=3g ZS=12g F=6g ZS=24g SZ=28g C=1g SZ=28g C=1g SZ=56g C=2g S=0g Tzs=2g S=0g Tzs=2g S=1g Tzs=3g	ÖN: E=399kcal Isk: E=518kcal K: Isk: E=616kcal F=15g ZS=14g F=24g ZS=18g F=27g ZS=20g SZ=47g C=0g SZ=60g C=0g SZ=78g C=0g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g S=1g Tzs=1g
KEDD 2026.11.17.	Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tej (2)*; Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Kertész leves; Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;	Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Alma;	Sertésragu; Tört burgonya; Alma;
	ÖN: E=328kcal Isk: E=388kcal K: Isk: E=554kcal F=10g ZS=16g F=13g ZS=21g F=16g ZS=25g SZ=36g C=10g SZ=39g C=13g SZ=69g C=16g S=1g Tzs=6g S=1g Tzs=8g S=1g Tzs=8g	ÖN: E=270kcal Isk: E=310kcal K: Isk: E=473kcal F=9g ZS=10g F=13g ZS=11g F=16g ZS=15g SZ=36g C=10g SZ=40g C=13g SZ=69g C=16g S=1g Tzs=3g S=1g Tzs=4g S=1g Tzs=4g	ÖN: E=533kcal Isk: E=710kcal K: Isk: E=853kcal F=22g ZS=20g F=28g ZS=27g F=32g ZS=33g SZ=65g C=2g SZ=85g C=4g SZ=104g C=4g S=1g S=0g Tzs=1g S=1g Tzs=2g Tzs=2g	ÖN: E=198kcal Isk: E=210kcal K: Isk: E=343kcal F=1g ZS=0g F=1g ZS=0g F=1g ZS=0g SZ=34g C=1g SZ=37g C=1g SZ=63g C=3g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g	ÖN: E=408kcal Isk: E=532kcal K: Isk: E=618kcal F=18g ZS=15g F=24g ZS=20g F=27g ZS=23g SZ=46g C=1g SZ=58g C=1g SZ=69g C=1g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=2g
SZERDA 2026.11.18.	Tej (2)*; Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Körtékremleves; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék; Gluténmentes kenyér;	Bebo margarin 10g; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES; Zöldpaprika;	Rakott burgonya (2)*; Alma;
	ÖN: E=274kcal Isk: E=316kcal K: Isk: E=480kcal F=9g ZS=10g F=14g ZS=11g F=17g ZS=15g SZ=37g C=10g SZ=40g C=13g SZ=70g C=16g S=1g Tzs=3g S=1g Tzs=4g S=1g Tzs=4g	ÖN: E=323kcal Isk: E=392kcal K: Isk: E=548kcal F=9g ZS=16g F=13g ZS=21g F=15g ZS=25g SZ=36g C=10g SZ=39g C=13g SZ=67g C=16g S=1g Tzs=6g S=1g Tzs=8g S=1g Tzs=9g	ÖN: E=531kcal Isk: E=671kcal K: Isk: E=821kcal F=23g ZS=19g F=30g ZS=26g F=36g ZS=29g SZ=79g C=15g SZ=100g C=50g SZ=142g C=66g S=0g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g Tzs=2g	ÖN: E=186kcal Isk: E=190kcal K: Isk: E=340kcal F=3g ZS=0g F=3g ZS=0g F=6g ZS=12g SZ=24g C=0g SZ=24g C=0g SZ=47g C=0g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=2g	ÖN: E=388kcal Isk: E=607kcal K: Isk: E=624kcal F=20g ZS=11g F=27g ZS=15g F=34g ZS=20g SZ=47g C=0g SZ=60g C=0g SZ=70g C=0g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=2g S=0g Tzs=3g
CSÜTÖRTÖK 2026.11.19.	Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Uborka; Gluténmentes kenyér;	Tea csipkebogyó; Házi körözött (2)*; Gluténmentes kenyér;	Paradicsom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Káposzta saláta;	Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Jégcsaprek;	Natúr hal (9)*; Párolt rizs; Almakompót;
	ÖN: E=350kcal Isk: E=406kcal K: Isk: E=562kcal F=15g ZS=16g F=18g ZS=19g F=24g ZS=25g SZ=36g C=10g SZ=39g C=13g SZ=68g C=16g S=1g Tzs=7g S=1g Tzs=8g S=1g Tzs=11g	ÖN: E=181kcal Isk: E=210kcal K: Isk: E=358kcal F=3g ZS=4g F=6g ZS=6g F=7g ZS=8g SZ=32g C=6g SZ=36g C=8g SZ=64g C=12g S=0g Tzs=0g S=0g Tzs=0g S=0g Tzs=1g	ÖN: E=530kcal Isk: E=708kcal K: Isk: E=854kcal F=25g ZS=19g F=31g ZS=18g F=36g ZS=20g SZ=74g C=11g SZ=99g C=33g SZ=124g C=47g S=1g S=0g Tzs=1g S=1g Tzs=1g Tzs=1g	ÖN: E=168kcal Isk: E=171kcal K: Isk: E=305kcal F=1g ZS=0g F=1g ZS=0g F=2g ZS=4g SZ=27g C=1g SZ=27g C=1g SZ=53g C=3g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g	ÖN: E=456kcal Isk: E=653kcal K: Isk: E=817kcal F=16g ZS=12g F=17g ZS=21g F=21g ZS=26g SZ=12g C=20g SZ=98g C=28g SZ=122g C=38g S=1g Tzs=1g S=2g Tzs=2g S=2g Tzs=3g
PÉNTEK 2026.11.20.	Tea csipkebogyó; Házi pulykahúskrém (2, 4)*; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Pásztorleves; Burgonyás vagdalt pogácsa; Tökfőzelék (2)*; Gluténmentes kenyér; Köte;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Joghurt (2)*; Zöldbűszeres harcsapástétom (9)*; Gluténmentes kenyér; Köte;
	ÖN: E=198kcal Isk: E=223kcal K: Isk: E=378kcal F=6g ZS=5g F=8g ZS=6g F=11g ZS=9g SZ=32g C=6g SZ=35g C=8g SZ=64g C=12g S=0g Tzs=0g S=0g Tzs=0g S=0g Tzs=1g	ÖN: E=260kcal Isk: E=284kcal K: Isk: E=398kcal F=6g ZS=12g F=6g ZS=12g F=6g ZS=14g SZ=33g C=7g SZ=34g C=7g SZ=60g C=8g S=0g Tzs=4g S=0g Tzs=4g S=0g Tzs=5g	ÖN: E=644kcal Isk: E=828kcal K: Isk: E=1047kcal F=16g ZS=29g F=22g ZS=36g F=29g ZS=46g SZ=78g C=11g SZ=94g C=14g SZ=126g C=18g S=1g S=0g Tzs=2g S=1g Tzs=2g Tzs=3g	ÖN: E=226kcal Isk: E=226kcal K: Isk: E=421kcal F=0g ZS=0g F=0g ZS=0g F=1g ZS=0g SZ=41g C=14g SZ=41g C=14g SZ=83g C=29g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g	ÖN: E=383kcal Isk: E=404kcal K: Isk: E=636kcal F=8g ZS=17g F=8g ZS=17g F=12g ZS=28g SZ=47g C=7g SZ=52g C=7g SZ=80g C=9g S=1g Tzs=5g S=1g Tzs=5g S=1g Tzs=7g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 0300A1 Gluténmentes



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, KanyarÉvút 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015

E-mail: mail@sull-host.hu Ellenőrzte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=SÓ; Tzs=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Múster; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Edesítőszer; 16=Puhatestűek; Diétás ételkészítéssel, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegevaros.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)



Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.11.23. Tea citromos; Harcspásztétom paradicsomos 30g 'dupla' (9)*; Gluténmentes kenyér;	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Gulyásleves; Darásmetélt;	Csirkemájkrém 30g; Gluténmentes kenyér;	Sült virsli; Zöldborsófőzelék;
KEDD 2026.11.24. Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tej (2)*; Házi zöldséges sonkákrm; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Tavaszi leves; Sült húscombóc; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;	Zöldfűszeres harcsapásztétom (9)*; Gluténmentes kenyér; Jégcsapretek;	Pulykaragu; Orsó tészta;
SZERDA 2026.11.25. Tej (2)*; Csirkemájkrém 50g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Toast sonkás felvágott; Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Zellerkrémleves (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Kukoricás rizs; Gluténmentes kenyér; Narancs;	Joghurt (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Brassói aprópecsenye; Tört burgonya; Csemege uborka (11)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.11.26. Tej (2)*; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Uborka; Gluténmentes kenyér;	Tea citromos; Tejőlös túró (2)*; Gluténmentes kenyér;	Almaleves (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Csirkemájkrém 30g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Köményes pulykasült; Rizli-bizli;
PÉNTEK 2026.11.27. Tea csipkebogyó; Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér;	Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;	Paradicsomos harcspásztétom (9)*; Gluténmentes kenyér;	Narancs rostoslé; Dzsém 'mini' dupla (13)*; Bebo margarin 10g 'dupla'; Gluténmentes kenyér;

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 0300A1 Gluténmentes



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu Ellenőrizte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesfűszek; 16=Puhatestiek; Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegei OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)



Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.11.30. Ovi: E=288kcal Isk: E=344kcal Kisk: E=616kcal F=12g ZS=11g F=18g ZS=13g F=22g ZS=17g SZ=36g C=10g SZ=38g C=13g SZ=48g C=16g S=1g IZS=3g S=2g IZS=3g S=2g IZS=4g	Ovi: E=346kcal Isk: E=378kcal Kisk: E=541kcal F=8g ZS=13g F=11g ZS=16g F=14g ZS=21g SZ=36g C=10g SZ=38g C=13g SZ=48g C=16g S=1g IZS=3g S=1g IZS=3g S=1g IZS=4g	Ovi: E=568kcal Isk: E=747kcal Kisk: E=907kcal F=19g ZS=20g F=29g ZS=26g F=30g ZS=32g SZ=77g C=21g SZ=106g C=27g SZ=123g C=31g S=1g S=0g IZS=2g S=1g IZS=2g	Ovi: E=198kcal Isk: E=210kcal Kisk: E=343kcal F=1g ZS=6g F=1g ZS=6g F=1g ZS=9g SZ=4g C=1g SZ=37g C=1g SZ=63g C=3g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g	Ovi: E=420kcal Isk: E=538kcal Kisk: E=614kcal F=22g ZS=18g F=27g ZS=24g F=31g ZS=26g SZ=38g C=0g SZ=47g C=0g SZ=56g C=0g S=1g IZS=1g S=1g IZS=1g S=1g IZS=2g
KEDD 2026.12.01. Tea citromos; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Ovi: E=260kcal Isk: E=283kcal Kisk: E=396kcal F=6g ZS=12g F=8g ZS=12g F=8g ZS=15g SZ=33g C=7g SZ=39g C=7g SZ=46g C=9g S=0g IZS=5g S=0g IZS=5g S=0g IZS=6g	Ovi: E=521kcal Isk: E=660kcal Kisk: E=830kcal F=23g ZS=17g F=29g ZS=23g F=32g ZS=29g SZ=55g C=8g SZ=80g C=12g SZ=106g C=15g S=1g S=0g IZS=1g S=1g IZS=2g	Ovi: E=224kcal Isk: E=224kcal Kisk: E=356kcal F=0g ZS=6g F=0g ZS=6g F=1g ZS=9g SZ=43g C=18g SZ=49g C=18g SZ=58g C=18g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g	Ovi: E=408kcal Isk: E=574kcal Kisk: E=705kcal F=21g ZS=14g F=26g ZS=22g F=30g ZS=26g SZ=48g C=0g SZ=65g C=0g SZ=82g C=1g S=0g IZS=1g S=0g IZS=2g S=0g IZS=2g
SZERDA 2026.12.02. Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Gluténmentes kenyér; Uborka;	Ovi: E=262kcal Isk: E=274kcal Kisk: E=428kcal F=7g ZS=9g F=8g ZS=10g F=10g ZS=14g SZ=36g C=10g SZ=38g C=13g SZ=46g C=16g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g S=0g IZS=4g	Ovi: E=652kcal Isk: E=739kcal Kisk: E=885kcal F=74g ZS=18g F=91g ZS=22g F=93g ZS=29g SZ=73g C=10g SZ=106g C=12g SZ=128g C=23g S=1g S=0g IZS=1g S=1g IZS=2g	Ovi: E=202kcal Isk: E=223kcal Kisk: E=381kcal F=5g ZS=6g F=8g ZS=9g F=11g ZS=14g SZ=24g C=0g SZ=26g C=0g SZ=48g C=3g S=1g IZS=1g S=1g IZS=2g S=2g IZS=2g	Ovi: E=464kcal Isk: E=634kcal Kisk: E=759kcal F=8g ZS=9g F=7g ZS=10g F=9g ZS=12g SZ=61g C=23g SZ=127g C=34g SZ=151g C=36g S=0g IZS=1g S=1g IZS=1g S=1g IZS=1g
CSÜTÖRTÖK 2026.12.03. Tej (2)*; Csirkemájkrém 50g; Uborka; Gluténmentes kenyér;	Ovi: E=198kcal Isk: E=221kcal Kisk: E=368kcal F=2g ZS=7g F=4g ZS=7g F=6g ZS=10g SZ=32g C=6g SZ=35g C=6g SZ=46g C=12g S=1g IZS=1g S=1g IZS=1g S=1g IZS=2g	Ovi: E=475kcal Isk: E=645kcal Kisk: E=764kcal F=24g ZS=16g F=30g ZS=23g F=37g ZS=26g SZ=67g C=11g SZ=79g C=20g SZ=97g C=25g S=2g S=1g IZS=1g S=1g IZS=2g	Ovi: E=238kcal Isk: E=238kcal Kisk: E=472kcal F=3g ZS=12g F=4g ZS=12g F=11g ZS=24g SZ=29g C=1g SZ=29g C=1g SZ=57g C=3g S=0g IZS=1g S=0g IZS=2g S=1g IZS=3g	Ovi: E=380kcal Isk: E=532kcal Kisk: E=628kcal F=20g ZS=11g F=27g ZS=14g F=33g ZS=17g SZ=51g C=0g SZ=71g C=0g SZ=82g C=0g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g S=1g IZS=1g
PÉNTEK 2026.12.04. Tej (2)*; Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Gluténmentes kenyér; Zöldpaprika;	Ovi: E=256kcal Isk: E=281kcal Kisk: E=437kcal F=7g ZS=9g F=8g ZS=10g F=11g ZS=14g SZ=36g C=10g SZ=38g C=13g SZ=46g C=16g S=0g IZS=3g S=0g IZS=3g S=0g IZS=4g	Ovi: E=61kcal Isk: E=743kcal Kisk: E=948kcal F=23g ZS=14g F=30g ZS=20g F=35g ZS=26g SZ=82g C=11g SZ=105g C=14g SZ=139g C=18g S=1g S=0g IZS=2g S=0g IZS=2g	Ovi: E=226kcal Isk: E=226kcal Kisk: E=421kcal F=0g ZS=6g F=0g ZS=6g F=1g ZS=9g SZ=41g C=14g SZ=41g C=14g SZ=83g C=29g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g S=0g IZS=1g	Ovi: E=471kcal Isk: E=471kcal Kisk: E=607kcal F=3g ZS=24g F=4g ZS=24g F=4g ZS=27g SZ=46g C=1g SZ=46g C=1g SZ=73g C=3g S=2g IZS=3g S=2g IZS=3g S=2g IZS=3g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 0300A1 Gluténmentes



SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: info@sull-host.hu Ellenőrizte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=Só; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Tölmogyoró; 9=Hal; 10=Rákeltér; 11=Mustár; 12=Számmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesfűszek; 16=Puhatészték; Diétás ételkészítéssel, 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)



Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.11.01.-től 2026.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma rostoslé 2dl Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almakompót Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Szegfűszeg	85,90kcal	0,40g	0,10g	20,00g	19,90g	0,00g	0,00g
Almaleves Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,60kcal	1,70g	0,60g	26,10g	21,30g	0,10g	0,30g
Aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,30kcal	16,90g	8,30g	1,10g	0,30g	0,10g	0,20g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	397,00kcal	20,70g	12,50g	48,80g	0,30g	0,40g	0,60g
Banán Összetétel: Banán	115,50kcal	1,40g	0,00g	26,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Baromfi párizsi Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,80g	6,90g	0,90g	0,20g	0,00g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bebo margarin 10g 'dupla' Összetétel: Bebo mini margarin	63,00kcal	0,00g	7,00g	0,00g	0,00g	0,00g	1,40g
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	344,10kcal	12,20g	6,90g	57,40g	9,50g	0,80g	0,40g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,90kcal	16,90g	8,30g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,30kcal	13,20g	8,20g	3,70g	0,50g	0,20g	0,80g
Burgonyafőzelék Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,50kcal	4,50g	2,40g	33,50g	0,10g	0,10g	0,20g
Burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	103,10kcal	2,50g	2,20g	17,10g	1,00g	0,00g	0,20g
Burgonyás vagdalt pogácsa Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,40g	0,10g	1,40g	1,10g	0,90g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.11.01.-től 2026.11.30.-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	0,60g	0,90g	0,00g	0,30g	0,20g
Csirke vagdalt Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,90kcal	13,10g	7,80g	4,20g	0,10g	0,30g	0,50g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	429,80kcal	4,50g	8,30g	83,20g	23,00g	0,50g	0,70g
Dzsem 'mini' 'dupla' Összetétel: Sárgabarack dzsem	125,00kcal	0,00g	0,00g	30,00g	26,50g	0,00g	0,00g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	217,00kcal	5,00g	3,80g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Főtt virsli Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Gluténmentes kenyér Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	111,80kcal	0,20g	2,80g	21,50g	1,10g	0,00g	0,30g
Gluténmentes kenyér Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	132,40kcal	0,40g	2,80g	26,40g	1,30g	0,10g	0,30g
GLUTÉNMENTES KENYÉR 'ebéd'E Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	67,00kcal	0,10g	2,80g	10,40g	0,50g	0,00g	0,30g
GombakréMLEVES Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	74,60kcal	2,50g	2,30g	11,00g	0,30g	0,10g	0,20g
Gulyásleves 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	189,60kcal	10,40g	9,10g	15,00g	1,00g	0,10g	0,60g
Harcapástétom paradicsomos 30g 'dupla' Összetétel: Paradicsomos harcapástétom	201,60kcal	5,30g	18,30g	3,80g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,10kcal	2,90g	1,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Liga margarin kocka, Pulykasonka	40,20kcal	4,80g	2,40g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Házi zöldséges sonkakrém Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Liga margarin kocka, Petrezselyem zöld	31,70kcal	2,10g	2,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.11.01.-től 2026.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Kakaó szórát Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	55,10kcal	0,80g	0,80g	10,40g	10,00g	0,00g	0,50g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,60kcal	1,30g	0,20g	12,70g	8,00g	0,00g	0,00g
Kapros káposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	275,40kcal	20,70g	8,80g	27,10g	0,20g	0,30g	0,20g
Karfiol leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	61,00kcal	2,30g	1,40g	9,30g	2,20g	0,20g	0,10g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kelkáposztafőzelék Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,00kcal	3,10g	2,20g	19,60g	0,20g	0,00g	0,20g
Kertész leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	54,00kcal	1,30g	2,00g	7,40g	1,40g	0,10g	0,20g
KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. köles buci gluténmentes 60g	148,20kcal	2,30g	4,30g	22,80g	0,00g	0,70g	0,50g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	213,70kcal	5,80g	7,90g	29,00g	0,20g	0,00g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,80kcal	17,00g	10,10g	0,70g	0,10g	0,30g	0,30g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,50kcal	16,80g	8,30g	0,70g	0,10g	0,10g	0,20g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Körtekrémleves Összetétel: Citrom, Fagy. körte, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	100,80kcal	0,80g	0,40g	24,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	213,80kcal	4,50g	5,00g	37,10g	0,80g	0,00g	0,50g
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	106,10kcal	2,20g	3,00g	16,60g	0,90g	0,10g	0,50g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,30kcal	13,30g	12,70g	2,00g	0,40g	0,40g	1,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.11.01.-től 2026.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Meggyleves Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	123,00kcal	1,20g	0,10g	28,80g	24,90g	0,00g	0,00g
Meggy mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	158,50kcal	1,70g	3,90g	28,60g	20,70g	0,20g	0,40g
Mézes mustáros csirkefile Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb file, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	204,20kcal	17,10g	11,80g	7,00g	5,20g	0,20g	0,80g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,20g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,50g	16,40g	0,00g	0,00g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,70g	0,00g	9,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Narancs rostoslé Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr hal Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	91,30kcal	9,20g	4,10g	4,30g	0,00g	1,10g	0,40g
Natur sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,30kcal	16,80g	12,00g	0,60g	0,10g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,20kcal	2,40g	3,00g	46,20g	0,00g	0,10g	0,20g
Őszibarackleves Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	105,70kcal	1,20g	0,70g	24,00g	19,90g	0,00g	0,20g
Palócz leves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,20kcal	13,30g	7,20g	15,40g	1,50g	0,10g	0,30g
Pápai sonka Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,90kcal	22,20g	16,40g	39,20g	0,80g	0,10g	1,00g
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,90kcal	1,90g	0,40g	23,10g	12,50g	0,10g	0,00g
Paradicsom mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,60kcal	3,30g	2,30g	25,70g	15,00g	0,10g	0,30g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Parajfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	141,00kcal	6,10g	5,60g	16,80g	7,60g	0,40g	1,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.11.01.-től 2026.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	280,00kcal	16,40g	20,00g	7,50g	0,00g	0,30g	2,30g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Pásztorleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,90g	3,20g	15,20g	0,90g	0,20g	0,30g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,60kcal	5,00g	8,00g	36,80g	0,00g	0,10g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	314,60kcal	3,80g	11,50g	48,40g	0,30g	0,10g	1,20g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,30g	9,20g	3,50g	0,40g	0,10g	0,20g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma	352,10kcal	19,30g	11,00g	39,30g	0,20g	0,10g	1,20g
Rizi-bízi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	49,00kcal	1,30g	1,10g	8,30g	1,40g	0,10g	0,10g
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,60kcal	9,40g	9,80g	4,30g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,10g	10,20g	1,60g	0,50g	0,30g	0,40g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,70kcal	12,70g	8,60g	1,40g	0,50g	0,30g	0,40g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,10kcal	2,80g	4,20g	53,90g	0,00g	0,10g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott'	111,80kcal	14,60g	5,50g	0,40g	0,00g	0,00g	0,20g
Sült húsgombóc Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,30kcal	9,70g	13,90g	12,40g	0,10g	0,00g	0,20g
Sült virsli Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.11.01.-től 2026.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,70kcal	1,90g	3,20g	15,40g	1,00g	0,20g	0,30g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Tauris zöldséges felvágott Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,90g	2,80g	0,40g	0,00g	0,40g	1,00g
Tavaszi leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,80kcal	2,60g	4,90g	10,00g	2,50g	0,10g	0,50g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,70kcal	0,00g	0,00g	5,10g	5,00g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,50kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	296,20kcal	9,30g	3,40g	56,90g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,30g	1,40g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Toast sonkás felvágott Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tökfőzelék Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,20kcal	2,80g	5,90g	21,20g	8,40g	0,10g	0,60g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,20g	0,00g	0,50g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,50kcal	17,80g	13,30g	4,50g	0,50g	0,20g	0,60g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,80kcal	17,80g	13,60g	3,50g	0,70g	0,20g	0,60g
Vegyes gyümölcskrémleves 'tejes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. őszibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	159,80kcal	2,70g	0,80g	34,70g	28,30g	0,10g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.11.01.-tól 2026.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zellerkrémleves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,10kcal	1,90g	1,40g	10,40g	1,70g	0,10g	0,20g
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	101,80kcal	3,10g	3,30g	14,10g	2,40g	0,20g	0,40g
Zöldbabfőzelék Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,70kcal	4,40g	4,20g	20,40g	5,30g	0,00g	0,50g
Zöldborsó leves Összetétel: Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	66,50kcal	3,20g	0,40g	12,00g	2,90g	0,10g	0,00g
Zöldborsófőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,80kcal	7,80g	4,30g	32,70g	14,00g	0,20g	0,50g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,60g	9,10g	1,80g	0,10g	0,40g	1,20g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	219,00kcal	7,70g	7,70g	28,90g	2,00g	0,50g	0,60g
Zöldségleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,90g	2,70g	9,10g	1,90g	0,20g	0,30g