

		Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
		Tea csipkebogyó; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szarababfőzelék lisztment. tejfőlös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tejfőlös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2022.05.02.		Övoda: EN=221,08kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,61g CK=5,17g SÓ=0,95g TZS=1,39g Iskola: EN=254,42kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,83g CK=7,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g K. Iskola: EN=412,94kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,01g CK=9,32g SÓ=1,76g TZS=2,74g		Övoda: EN=530,10kcal FH=22,77g ZS=18,01g SZH=68,89g CK=3,12g SÓ=2,93g TZS=5,57g Iskola: EN=670,23kcal FH=27,80g ZS=21,49g SZH=90,68g CK=3,99g SÓ=3,16g TZS=5,92g K. Iskola: EN=942,82kcal FH=38,68g ZS=37,44g SZH=111,70g CK=4,84g SÓ=5,68g TZS=11,29g		Övoda: EN=130,90kcal FH=5,59g ZS=1,76g SZH=22,35g CK=0,08g SÓ=0,66g TZS=0,16g Iskola: EN=185,80kcal FH=8,31g ZS=3,60g SZH=28,85g CK=0,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g K. Iskola: EN=250,90kcal FH=10,78g ZS=4,64g SZH=39,90g CK=0,14g SÓ=1,16g TZS=0,28g	
KEDD 2022.05.03.		Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek inycnc (5)*; Párolt rizs;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*;	
Övoda: EN=285,38kcal FH=13,55g ZS=11,63g SZH=30,54g CK=9,33g SÓ=1,34g TZS=4,38g Iskola: EN=374,86kcal FH=18,11g ZS=15,89g SZH=38,52g CK=11,65g SÓ=1,77g TZS=5,45g K. Iskola: EN=480,07kcal FH=22,90g ZS=19,52g SZH=51,45g CK=14,00g SÓ=2,37g TZS=6,60g		Övoda: EN=462,51kcal FH=24,68g ZS=20,31g SZH=55,30g CK=1,50g SÓ=0,76g TZS=1,48g Iskola: EN=596,67kcal FH=31,09g ZS=25,15g SZH=76,86g CK=2,09g SÓ=2,36g TZS=1,83g K. Iskola: EN=712,51kcal FH=35,48g ZS=30,32g SZH=92,28g CK=2,63g SÓ=3,48g TZS=2,29g		Övoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=46,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=46,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g K. Iskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g			
SZERDA 2022.05.04.		Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;		Lebbenes leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék tejcs (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=352,90kcal FH=12,45g ZS=10,88g SZH=50,20g CK=20,15g SÓ=1,18g TZS=5,43g Iskola: EN=384,30kcal FH=15,08g ZS=13,18g SZH=50,25g CK=20,15g SÓ=1,34g TZS=6,93g K. Iskola: EN=415,70kcal FH=17,65g ZS=15,48g SZH=50,25g CK=20,15g SÓ=1,50g TZS=8,43g		Övoda: EN=560,99kcal FH=28,42g ZS=13,97g SZH=70,98g CK=17,01g SÓ=2,29g TZS=1,51g Iskola: EN=717,62kcal FH=35,51g ZS=18,63g SZH=90,35g CK=20,83g SÓ=3,64g TZS=2,12g K. Iskola: EN=895,57kcal FH=42,93g ZS=23,30g SZH=114,47g CK=24,63g SÓ=4,54g TZS=2,76g		Övoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SÓ=1,08g TZS=1,85g K. Iskola: EN=334,10kcal FH=11,98g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g			
CSÜTÖRTÖK 2022.05.05.		Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Banán;		Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal (9)*; Tölt burgonya; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=441,50kcal FH=11,43g ZS=9,50g SZH=83,12g CK=9,30g SÓ=0,85g TZS=4,30g Iskola: EN=511,50kcal FH=13,45g ZS=10,90g SZH=75,10g CK=11,80g SÓ=0,90g TZS=5,15g K. Iskola: EN=539,50kcal FH=14,95g ZS=12,30g SZH=77,40g CK=13,90g SÓ=0,95g TZS=6,00g		Övoda: EN=540,36kcal FH=18,70g ZS=10,95g SZH=66,38g CK=18,53g SÓ=3,58g TZS=1,17g Iskola: EN=693,44kcal FH=23,41g ZS=15,54g SZH=108,24g CK=23,71g SÓ=4,89g TZS=1,66g K. Iskola: EN=854,70kcal FH=28,86g ZS=17,44g SZH=137,28g CK=30,92g SÓ=6,32g TZS=1,89g		Övoda: EN=124,96kcal FH=5,23g ZS=1,67g SZH=21,45g CK=0,08g SÓ=0,66g TZS=0,16g Iskola: EN=175,89kcal FH=7,72g ZS=3,45g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g K. Iskola: EN=239,02kcal FH=10,07g ZS=4,46g SZH=38,10g CK=0,14g SÓ=1,18g TZS=0,28g			
PÉNTEK 2022.05.06.		Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Sajtszórat (2)*; Alma;		Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
Övoda: EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=5,17g SÓ=0,88g TZS=1,94g Iskola: EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,68g CK=7,25g SÓ=1,38g TZS=3,06g K. Iskola: EN=340,78kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=46,24g CK=9,31g SÓ=1,80g TZS=3,68g		Övoda: EN=614,06kcal FH=22,37g ZS=23,27g SZH=75,88g CK=11,96g SÓ=1,31g TZS=2,13g Iskola: EN=818,14kcal FH=29,68g ZS=31,61g SZH=100,02g CK=15,48g SÓ=2,20g TZS=3,70g K. Iskola: EN=962,25kcal FH=34,49g ZS=35,05g SZH=122,60g CK=18,64g SÓ=2,41g TZS=3,78g		Övoda: EN=304,50kcal FH=11,51g ZS=9,59g SZH=41,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=308,50kcal FH=11,78g ZS=9,65g SZH=41,60g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g K. Iskola: EN=310,50kcal FH=11,87g ZS=9,68g SZH=41,90g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g			
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk SULI-HOST SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, KenyérÉgyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Étlap név: 07000A1 Alapdiéta (Tojásmentes)		Suli-Host Étkezletési Rendszer 3.0					

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetélt; Narancs;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2022.05.09. Óvoda: EN=362,50kcal FH=9,89g ZS=11,15g SZH=58,43g CK=30,07g SÓ=0,55g TZS=4,45g Iskola: EN=390,50kcal FH=11,35g ZS=12,55g SZH=58,43g CK=32,37g SÓ=0,60g TZS=5,30g Kiskola: EN=418,50kcal FH=12,85g ZS=13,95g SZH=60,73g CK=34,67g SÓ=0,65g TZS=6,15g		Óvoda: EN=658,96kcal FH=10,50g ZS=16,69g SZH=113,56g CK=32,22g SÓ=2,67g TZS=3,40g Iskola: EN=671,53kcal FH=15,00g ZS=23,01g SZH=146,97g CK=38,28g SÓ=4,11g TZS=5,22g Kiskola: EN=1.004,94kcal FH=17,10g ZS=26,06g SZH=170,91g CK=38,32g SÓ=4,61g TZS=5,47g		Óvoda: EN=201,20kcal FH=6,63g ZS=9,47g SZH=22,62g CK=0,14g SÓ=0,99g TZS=1,39g Iskola: EN=226,30kcal FH=6,37g ZS=9,35g SZH=27,89g CK=0,16g SÓ=1,08g TZS=1,43g Kiskola: EN=377,30kcal FH=10,52g ZS=18,86g SZH=40,18g CK=0,26g SÓ=1,76g TZS=2,74g	
KEDD 2022.05.10. Rostos almale, Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tathonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsófőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
Óvoda: EN=310,30kcal FH=11,06g ZS=10,80g SZH=41,45g CK=20,08g SÓ=1,04g TZS=5,39g Iskola: EN=366,80kcal FH=14,40g ZS=13,18g SZH=46,70g CK=20,10g SÓ=1,34g TZS=6,93g Kiskola: EN=448,40kcal FH=18,48g ZS=15,64g SZH=57,15g CK=20,14g SÓ=1,78g TZS=8,51g		Óvoda: EN=653,18kcal FH=25,00g ZS=25,64g SZH=75,75g CK=17,19g SÓ=2,14g TZS=1,91g Iskola: EN=667,79kcal FH=32,33g ZS=34,31g SZH=98,64g CK=23,38g SÓ=3,99g TZS=2,49g Kiskola: EN=1.057,95kcal FH=38,64g ZS=39,14g SZH=128,73g CK=31,62g SÓ=4,39g TZS=3,02g		Óvoda: EN=180,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=20,40g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=184,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=21,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=186,50kcal FH=5,07g ZS=4,09g SZH=21,30g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
SZERDA 2022.05.11. Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölesselel sajtos (2)*; Alma;		Tejfőles túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsapretek;	
Óvoda: EN=291,60kcal FH=12,35g ZS=12,49g SZH=31,47g CK=9,28g SÓ=1,15g TZS=5,21g Iskola: EN=344,70kcal FH=14,59g ZS=13,97g SZH=38,97g CK=11,60g SÓ=1,34g TZS=6,10g Kiskola: EN=502,10kcal FH=20,96g ZS=22,10g SZH=53,14g CK=13,94g SÓ=2,08g TZS=8,68g		Óvoda: EN=508,92kcal FH=25,63g ZS=18,12g SZH=56,58g CK=16,35g SÓ=1,23g TZS=3,07g Iskola: EN=658,10kcal FH=32,71g ZS=23,84g SZH=72,60g CK=22,27g SÓ=1,92g TZS=3,85g Kiskola: EN=802,90kcal FH=40,88g ZS=30,16g SZH=95,37g CK=26,89g SÓ=2,74g TZS=4,96g		Óvoda: EN=129,10kcal FH=5,56g ZS=1,70g SZH=21,81g CK=0,08g SÓ=0,66g TZS=0,16g Iskola: EN=182,80kcal FH=6,28g ZS=3,50g SZH=27,95g CK=0,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g Kiskola: EN=247,30kcal FH=10,72g ZS=4,52g SZH=38,82g CK=0,14g SÓ=1,18g TZS=0,28g	
CSÜTÖRTÖK 2022.05.12. Rostos almale; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Burgonyaleves tejfőles (2)*; Sült csirkecomb; Almamártás (2)*; Főtt burgonya;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
Óvoda: EN=256,30kcal FH=5,26g ZS=7,30g SZH=41,70g CK=20,20g SÓ=0,98g TZS=2,09g Iskola: EN=321,60kcal FH=8,00g ZS=10,78g SZH=47,30g CK=20,34g SÓ=1,50g TZS=3,33g Kiskola: EN=391,90kcal FH=10,48g ZS=12,64g SZH=57,90g CK=20,44g SÓ=1,98g TZS=4,01g		Óvoda: EN=507,77kcal FH=22,88g ZS=14,48g SZH=60,87g CK=17,99g SÓ=1,03g TZS=0,63g Iskola: EN=646,51kcal FH=27,64g ZS=18,62g SZH=79,19g CK=25,32g SÓ=2,62g TZS=0,93g Kiskola: EN=788,76kcal FH=32,47g ZS=22,76g SZH=98,28g CK=32,67g SÓ=3,62g TZS=1,24g		Óvoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=6,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=6,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g Kiskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=6,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g	
Péntek 2022.05.13. Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Óvoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g Kiskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g		Óvoda: EN=457,74kcal FH=25,03g ZS=18,34g SZH=57,93g CK=5,53g SÓ=1,31g TZS=1,27g Iskola: EN=598,62kcal FH=32,23g ZS=22,00g SZH=80,41g CK=6,91g SÓ=2,85g TZS=1,48g Kiskola: EN=676,73kcal FH=36,46g ZS=24,90g SZH=94,45g CK=8,24g SÓ=3,94g TZS=1,70g		Óvoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,58g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=1,70g TZS=1,17g Kiskola: EN=242,20kcal FH=10,35g ZS=4,92g SZH=38,08g CK=0,14g SÓ=2,23g TZS=1,31g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@sull-host.hu

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
 TZS=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Punatestek

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

Sull-Host
 Étkezeltési
 Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Zöldfüszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csirkereguleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2022.05.16.					
Övoda: EN=312,60kcal FH=11,57g ZS=15,04g SZH=31,77g CK=9,34g SÓ=1,15g TZS=4,79g		Iskola: EN=365,70kcal FH=13,81g ZS=16,52g SZH=39,27g CK=11,66g SÓ=1,34g TZS=5,66g		K. Iskola: EN=544,10kcal FH=19,40g ZS=27,20g SZH=53,74g CK=14,06g SÓ=2,06g TZS=7,84g	
Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	
KEDD 2022.05.17.					
Övoda: EN=218,75kcal FH=6,55g ZS=1,86g SZH=43,04g CK=20,12g SÓ=0,66g TZS=0,19g		Iskola: EN=268,63kcal FH=9,71g ZS=2,99g SZH=49,47g CK=20,18g SÓ=0,80g TZS=0,23g		K. Iskola: EN=328,59kcal FH=12,07g ZS=3,56g SZH=60,47g CK=20,27g SÓ=1,16g TZS=0,31g	
Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
SZERDA 2022.05.18.					
Övoda: EN=169,98kcal FH=5,86g ZS=4,37g SZH=26,12g CK=5,15g SÓ=1,01g TZS=1,08g		Iskola: EN=220,92kcal FH=9,50g ZS=5,00g SZH=33,62g CK=7,23g SÓ=1,59g TZS=1,34g		K. Iskola: EN=267,50kcal FH=12,43g ZS=5,43g SZH=46,17g CK=9,30g SÓ=2,10g TZS=1,54g	
Tej (2)*; Házi zöldséges sertésuskrem 'tejmentes'; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Köfte;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2022.05.19.					
Övoda: EN=293,06kcal FH=13,21g ZS=9,54g SZH=30,13g CK=9,33g SÓ=1,34g TZS=4,16g		Iskola: EN=332,52kcal FH=17,56g ZS=11,83g SZH=37,67g CK=11,65g SÓ=1,77g TZS=5,05g		K. Iskola: EN=443,32kcal FH=24,74g ZS=15,01g SZH=50,45g CK=13,99g SÓ=2,35g TZS=5,98g	
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Tört burgonya;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	
PÉNTEK 2022.05.20.					
Övoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=5,78g SÓ=0,71g TZS=4,31g		Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SÓ=0,85g TZS=4,35g		K. Iskola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,49g SZH=43,90g CK=6,94g SÓ=1,13g TZS=4,43g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

SULL-HOST

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

E-mail: mail@sull-host.hu

SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

Étlap név:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Sull-Host

Étkeztetési Rendszer 3.0

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

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Mandarin;		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	
HÉTFŐ 2022.05.23. Övoda: EN=293,80kcal FH=10,67g ZS=14,84g SZH=28,57g CK=6,14g SÓ=1,10g TZS=4,98g Iskola: EN=318,70kcal FH=11,41g ZS=14,92g SZH=33,77g CK=6,16g SÓ=1,24g TZS=5,03g K.Iskola: EN=469,10kcal FH=15,50g ZS=24,20g SZH=45,94g CK=6,26g SÓ=1,91g TZS=6,34g		Övoda: EN=553,26kcal FH=29,71g ZS=11,10g SZH=82,89g CK=32,35g SÓ=0,83g TZS=2,92g Iskola: EN=701,85kcal FH=35,71g ZS=13,76g SZH=120,16g CK=43,03g SÓ=1,38g TZS=3,48g K.Iskola: EN=893,38kcal FH=43,99g ZS=16,53g SZH=155,28g CK=55,99g SÓ=1,43g TZS=4,03g		Övoda: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=6,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,66g TZS=0,90g Iskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=6,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,66g TZS=0,90g K.Iskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=6,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,66g TZS=0,90g	
KEDD 2022.05.24. Övoda: EN=320,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=42,95g CK=12,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g Iskola: EN=376,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=46,20g CK=12,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g K.Iskola: EN=458,20kcal FH=18,18g ZS=16,56g SZH=58,65g CK=12,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g		Övoda: EN=513,55kcal FH=24,40g ZS=14,80g SZH=66,72g CK=26,37g SÓ=1,82g TZS=0,83g Iskola: EN=635,59kcal FH=30,55g ZS=18,49g SZH=81,84g CK=31,98g SÓ=2,82g TZS=1,04g K.Iskola: EN=746,28kcal FH=34,37g ZS=23,16g SZH=94,42g CK=36,53g SÓ=3,07g TZS=1,44g		Övoda: EN=290,00kcal FH=5,78g ZS=3,90g SZH=56,12g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g Iskola: EN=332,00kcal FH=6,30g ZS=3,90g SZH=65,80g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g K.Iskola: EN=332,00kcal FH=6,30g ZS=3,90g SZH=65,80g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
SZERDA 2022.05.25. Övoda: EN=210,98kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=35,49g CK=9,48g SÓ=0,35g TZS=1,05g Iskola: EN=219,22kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=37,51g CK=11,50g SÓ=0,35g TZS=1,05g K.Iskola: EN=227,34kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=39,52g CK=13,51g SÓ=0,35g TZS=1,05g		Övoda: EN=610,10kcal FH=22,80g ZS=23,45g SZH=73,99g CK=1,47g SÓ=1,73g TZS=1,44g Iskola: EN=801,35kcal FH=28,84g ZS=31,09g SZH=97,37g CK=1,77g SÓ=3,03g TZS=1,94g K.Iskola: EN=984,75kcal FH=32,60g ZS=36,87g SZH=118,67g CK=2,11g SÓ=3,63g TZS=2,35g		Övoda: EN=183,20kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=22,78g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g Iskola: EN=210,70kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=28,32g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g K.Iskola: EN=341,30kcal FH=12,56g ZS=13,76g SZH=40,36g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g	
CSÜTÖRTÖK 2022.05.26. Övoda: EN=149,27kcal FH=5,89g ZS=1,89g SZH=28,70g CK=5,17g SÓ=0,66g TZS=0,16g Iskola: EN=203,51kcal FH=8,11g ZS=2,76g SZH=34,58g CK=7,28g SÓ=0,80g TZS=0,20g K.Iskola: EN=269,47kcal FH=11,05g ZS=3,30g SZH=47,28g CK=9,34g SÓ=1,18g TZS=0,28g		Övoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=23,19g SÓ=1,62g TZS=1,29g Iskola: EN=671,52kcal FH=30,34g ZS=19,93g SZH=85,30g CK=31,31g SÓ=2,33g TZS=1,48g K.Iskola: EN=784,98kcal FH=34,60g ZS=22,16g SZH=103,19g CK=38,80g SÓ=3,05g TZS=1,77g		Övoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=27,36g CK=0,10g SÓ=1,70g TZS=1,17g K.Iskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,09g CK=0,14g SÓ=2,23g TZS=1,31g	
PÉNTEK 2022.05.27. Övoda: EN=319,70kcal FH=14,35g ZS=10,08g SZH=40,89g CK=0,18g SÓ=1,15g TZS=1,12g Iskola: EN=338,70kcal FH=17,45g ZS=10,65g SZH=41,51g CK=0,23g SÓ=1,59g TZS=1,34g K.Iskola: EN=349,70kcal FH=19,00g ZS=10,94g SZH=41,82g CK=0,25g SÓ=1,81g TZS=1,46g		Övoda: EN=625,04kcal FH=27,47g ZS=18,48g SZH=82,39g CK=8,74g SÓ=3,27g TZS=3,08g Iskola: EN=811,34kcal FH=35,17g ZS=24,79g SZH=105,57g CK=10,39g SÓ=4,71g TZS=3,80g K.Iskola: EN=982,58kcal FH=41,19g ZS=29,70g SZH=128,82g CK=11,63g SÓ=5,90g TZS=4,46g		Övoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=6,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=6,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g K.Iskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=6,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Punatestiek
SULL-HOST Kft. dietetikussától kémet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsapretek;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-fésztla (9)*; Alma;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2022.05.30.		Kedd		Szerda	
Övoda: EN=166,58kcal FH=3,29g ZS=3,85g SZH=26,20g CK=5,11g SÓ=0,56g TZS=0,86g		Iskola: EN=192,73kcal FH=4,25g ZS=3,95g SZH=33,66g CK=7,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		K. Iskola: EN=252,44kcal FH=5,84g ZS=4,12g SZH=46,19g CK=9,20g SÓ=0,98g TZS=0,98g	
Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*;		Csontleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Banán;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
Kedd 2022.05.31.		Szerda 2022.06.01.		Szombat	
Övoda: EN=365,00kcal FH=9,85g ZS=11,15g SZH=54,65g CK=26,90g SÓ=0,55g TZS=4,45g		Iskola: EN=383,00kcal FH=11,35g ZS=12,55g SZH=56,95g CK=29,20g SÓ=0,60g TZS=5,30g		K. Iskola: EN=483,50kcal FH=12,65g ZS=13,95g SZH=74,25g CK=44,75g SÓ=0,65g TZS=6,15g	
Őszibarack rostoslé (dobozos); Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfölös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Jégcsapretek;		Lebencecs leves; Káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Csütörtök 2022.06.02.		Péntek		Szombat	
Övoda: EN=330,20kcal FH=10,33g ZS=9,53g SZH=39,40g CK=11,30g SÓ=0,85g TZS=4,30g		Iskola: EN=361,00kcal FH=12,05g ZS=10,95g SZH=39,40g CK=11,60g SÓ=0,90g TZS=5,15g		K. Iskola: EN=380,40kcal FH=13,66g ZS=12,36g SZH=41,82g CK=13,90g SÓ=0,98g TZS=6,00g	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldszegletes 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkefilé gluténmentes (11)*; Párolt rizs; Mandarin;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
Péntek 2022.06.03.		Szombat		Vasárnap	
Övoda: EN=310,30kcal FH=11,06g ZS=10,80g SZH=41,45g CK=20,08g SÓ=1,04g TZS=5,39g		Iskola: EN=366,80kcal FH=14,40g ZS=13,18g SZH=46,70g CK=20,10g SÓ=1,34g TZS=6,93g		K. Iskola: EN=448,40kcal FH=18,48g ZS=15,64g SZH=57,15g CK=20,14g SÓ=1,79g TZS=8,51g	



SULLI-HOST
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

SULLI-HOST
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)
Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítósűrűk
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. Szébbi tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkezésterjesztési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2022.05.01.-től 2022.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,23g	0,27g
Almamártás Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	153,39kcal	1,77g	4,45g	25,11g	17,10g	0,11g	0,20g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,70kcal	20,25g	11,43g	13,64g	4,42g	0,73g	2,14g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	227,66kcal	17,16g	6,41g	23,95g	0,85g	0,53g	0,22g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	1,49g	0,61g
Banán Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	1,18g	0,43g
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	0,57g	0,04g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,53g	0,22g
Burgonyaleves tejfölös Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	107,80kcal	2,61g	2,70g	16,86g	0,89g	0,53g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,32g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsa tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,13g	0,22g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2022.05.01.-től 2022.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	1,51g	0,70g
Diós metélt Összetétel: Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,10g	0,10g
Finomfőzelék tej Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,86g	0,63g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Frankfurti leves liszt,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli	148,03kcal	5,37g	8,43g	11,96g	0,22g	1,17g	2,70g
Gépsonka (diéta) Összetétel: Allergén mentes gépsonka	17,60kcal	2,90g	0,55g	0,28g	0,04g	0,45g	0,22g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,22g	0,22g
Gomba leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,32kcal	2,76g	2,20g	11,76g	0,99g	0,23g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,99g	0,40g
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 pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,58g	0,80g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,58g	0,60g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,10g	0,01g
Kapros káposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	280,38kcal	21,35g	9,29g	32,41g	0,09g	0,50g	0,21g
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: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2022.05.01.-től 2022.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,10g	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	0,10g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,03kcal	2,15g	2,99g	16,59g	0,89g	0,58g	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	1,14g	1,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,10g	0,00g
Meggy mártás 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,89g	35,94g	25,25g	0,50g	0,50g
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,53g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Mini vaj Összetétel: Mini vaj	130,60kcal	2,00g	14,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,20g	0,70g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2022.05.01.-től 2022.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,99g	0,60g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcsle	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,50g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	1,04g	0,41g
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,13g	0,33g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,14g	0,24g
Parajfőzelék tejfel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	169,13kcal	6,32g	6,92g	20,34g	7,60g	1,09g	2,10g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	144,11kcal	20,02g	5,44g	3,26g	0,00g	0,99g	0,50g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,20g	0,35g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,30g	0,80g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,23g	0,21g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma	353,58kcal	23,39g	15,03g	27,20g	3,86g	1,10g	2,74g
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	0,12g	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	1,00g	0,63g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2022.05.01.-tól 2022.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,55g	0,13g
Rostos aimalé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,50g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,99g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,30g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,99g	0,30g
Sült hal Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	1,04g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárazbabfőzelék lisztment. tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	237,03kcal	11,77g	3,95g	37,26g	1,58g	0,50g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,50g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,11g	0,00g
Tarhonyaleves '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	0,53g	0,32g
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,99g	0,71g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,82g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2022.05.01.-től 2022.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tej Összetétel: Tej '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g
Tejbenrizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8%'	258,50kcal	9,19g	5,75g	56,65g	17,20g	0,20g	3,40g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,99g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,50g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	226,74kcal	18,10g	14,48g	4,87g	0,53g	0,71g	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	0,99g	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	0,50g	0,26g
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,20g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
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	0,54g	0,15g
Zöldborsófőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	231,01kcal	9,00g	5,42g	34,91g	15,84g	0,56g	1,16g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,50g	0,32g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2022.05.01.-től 2022.05.31.-ig

[illegible]