

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna
	Poharas tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Tárkonyos csikereaguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;		Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
HÉTFŐ 2023.11.27.	Övoda: EN=325,00kcal Iskola: EN=358,60kcal K.I.skola: EN=528,00kcal FH=13,32g ZS=15,17g FH=14,63g ZS=16,38g FH=19,89g ZS=24,74g SZH=32,66g CK=0,33g SZH=39,43g CK=0,42g SZH=54,73g CK=0,66g SO=1,02g Tzs=1,41g SO=1,23g Tzs=1,47g SO=2,04g Tzs=2,82g	Övoda: EN=487,36kcal Iskola: EN=647,80kcal K.I.skola: EN=823,43kcal FH=15,99g ZS=12,53g FH=19,98g ZS=17,31g FH=24,29g ZS=23,03g SZH=29,92g CK=1,21g SZH=39,27g CK=1,69g SZH=54,73g CK=0,31g SO=0,56g Tzs=0,92g SO=0,69g Tzs=1,34g SO=0,71g Tzs=1,85g	Övoda: EN=209,10kcal Iskola: EN=293,90kcal K.I.skola: EN=383,10kcal FH=6,99g ZS=10,70g FH=10,39g ZS=15,34g FH=13,08g ZS=15,67g SZH=21,34g CK=0,30g SZH=28,81g CK=0,41g SZH=42,64g CK=0,59g SO=1,10g Tzs=3,66g SO=1,63g Tzs=5,57g SO=2,05g Tzs=5,69g		
KEDD 2023.11.28.	Tea (diabetikus) (15)*; Körözött házi (2)*; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Övoda: EN=385,51kcal Iskola: EN=511,20kcal K.I.skola: EN=604,70kcal FH=16,10g ZS=21,21g FH=21,16g ZS=28,56g FH=24,19g ZS=33,46g SZH=30,59g CK=4,40g SZH=39,72g CK=5,46g SZH=48,46g CK=6,46g SO=0,17g Tzs=0,71g SO=0,44g Tzs=0,98g SO=0,67g Tzs=1,25g	Övoda: EN=180,00kcal Iskola: EN=213,60kcal K.I.skola: EN=380,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g FH=8,61g ZS=7,17g FH=14,61g ZS=14,04g SZH=21,77g CK=0,27g SZH=28,53g CK=0,36g SZH=43,53g CK=0,54g SO=1,02g Tzs=1,83g SO=1,23g Tzs=1,89g SO=2,04g Tzs=3,66g		
SZERDA 2023.11.29.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	Övoda: EN=482,50kcal Iskola: EN=637,21kcal K.I.skola: EN=785,06kcal FH=21,89g ZS=17,29g FH=27,16g ZS=23,47g FH=31,38g ZS=27,74g SZH=37,87g CK=2,41g SZH=46,24g CK=3,04g SZH=54,49g CK=3,66g SO=0,58g Tzs=1,28g SO=0,80g Tzs=1,80g SO=0,91g Tzs=2,16g	Övoda: EN=225,30kcal Iskola: EN=258,90kcal K.I.skola: EN=326,10kcal FH=9,01g ZS=9,35g FH=10,32g ZS=9,50g FH=12,93g ZS=9,80g SZH=26,30g CK=0,27g SZH=33,09g CK=0,38g SZH=46,59g CK=0,54g SO=0,78g Tzs=1,48g SO=0,99g Tzs=1,54g SO=1,41g Tzs=2,56g		
CSÜTÖRTÖK 2023.11.30.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	Övoda: EN=327,76kcal Iskola: EN=441,63kcal K.I.skola: EN=524,26kcal FH=15,22g ZS=10,73g FH=20,17g ZS=13,90g FH=24,48g ZS=16,13g SZH=22,76g CK=1,31g SZH=27,43g CK=1,09g SZH=38,13g CK=1,28g SO=1,24g Tzs=1,04g SO=1,57g Tzs=1,36g SO=1,90g Tzs=1,58g	Övoda: EN=170,90kcal Iskola: EN=243,10kcal K.I.skola: EN=329,60kcal FH=6,51g ZS=6,95g FH=10,42g ZS=10,10g FH=14,33g ZS=11,90g SZH=20,59g CK=0,31g SZH=27,66g CK=0,44g SZH=41,34g CK=0,64g SO=0,96g Tzs=1,96g SO=1,50g Tzs=3,10g SO=2,08g Tzs=3,76g		
PÉNTEK 2023.12.01.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	Övoda: EN=479,05kcal Iskola: EN=609,84kcal K.I.skola: EN=721,89kcal FH=28,31g ZS=10,45g FH=33,23g ZS=13,34g FH=37,94g ZS=16,68g SZH=64,27g CK=6,06g SZH=82,08g CK=7,70g SZH=98,70g CK=9,22g SO=0,44g Tzs=0,44g SO=0,79g Tzs=0,55g SO=0,82g Tzs=0,66g	Övoda: EN=244,30kcal Iskola: EN=277,90kcal K.I.skola: EN=457,10kcal FH=3,92g ZS=3,95g FH=5,22g ZS=4,10g FH=7,83g ZS=4,40g SZH=47,30g CK=0,27g SZH=54,06g CK=0,36g SZH=64,59g CK=0,54g SO=0,63g Tzs=0,88g SO=0,84g Tzs=0,94g SO=1,28g Tzs=1,06g		
Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk SULL-HOST E-mail: mail@sull-host.hu SULL-HOST 6724 Szeged, Kertvárosi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 Étlap név: 1300A1 Diabetesz 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=Sóda; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Punafesték Détás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Étekezletési Értéketár 3.0 Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)					



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

Étlap név:
 1300A1 Diabeteusz

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

Suli-Host
 Étkezési
 Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlesű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Pulykaragu leves 'tej-, cukormentes'; Tejberizs (diabetikus) (2, 15)*; Körte;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ	2023.12.04.					
Óvoda: EN=284,00kcal FH=11,63g ZS=14,97g SZH=28,07g CK=6,33g SO=1,17g Tzs=5,01g Iskola: EN=327,60kcal FH=12,99g ZS=15,12g SZH=34,83g CK=6,42g SO=1,38g Tzs=5,07g K: Iskola: EN=495,00kcal FH=18,15g ZS=24,54g SZH=50,13g CK=6,66g SO=2,19g Tzs=6,42g			Óvoda: EN=381,87kcal FH=20,29g ZS=11,56g SZH=59,46g CK=9,59g SO=0,24g Tzs=2,21g Iskola: EN=497,44kcal FH=26,10g ZS=16,86g SZH=73,98g CK=14,31g SO=0,82g Tzs=3,31g K: Iskola: EN=555,92kcal FH=30,28g ZS=17,59g SZH=81,86g CK=16,89g SO=0,89g Tzs=3,76g			
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (adalékmentes) (1)*;			Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás (diab.tejment) (15)*; Főtt burgonya;			
KEDD	2023.12.05.					
Óvoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,86g SZH=20,51g CK=0,32g SO=1,11g Tzs=5,38g Iskola: EN=292,58kcal FH=15,62g ZS=13,30g SZH=27,35g CK=0,43g SO=1,48g Tzs=6,94g K: Iskola: EN=397,18kcal FH=20,83g ZS=15,90g SZH=40,93g CK=0,61g SO=2,06g Tzs=8,56g			Óvoda: EN=431,60kcal FH=23,79g ZS=12,89g SZH=51,38g CK=13,77g SO=0,28g Tzs=0,63g Iskola: EN=551,85kcal FH=30,05g ZS=16,59g SZH=65,85g CK=18,54g SO=0,53g Tzs=0,83g K: Iskola: EN=628,35kcal FH=33,71g ZS=19,40g SZH=74,30g CK=18,78g SO=0,68g Tzs=1,04g			
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (adalékmentes) (1)*;			Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment.; Alma;			
SZERDA	2023.12.06.					
Óvoda: EN=220,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=23,50g CK=0,47g SO=0,83g Tzs=2,68g Iskola: EN=275,90kcal FH=12,91g ZS=7,85g SZH=38,56g CK=1,18g SO=1,09g Tzs=3,19g K: Iskola: EN=365,10kcal FH=17,19g ZS=8,90g SZH=54,39g CK=14,34g SO=1,56g Tzs=3,76g			Óvoda: EN=567,18kcal FH=21,81g ZS=21,29g SZH=69,80g CK=1,59g SO=0,55g Tzs=1,34g Iskola: EN=728,76kcal FH=27,41g ZS=26,91g SZH=91,33g CK=1,71g SO=0,95g Tzs=1,69g K: Iskola: EN=857,62kcal FH=30,70g ZS=31,56g SZH=109,36g CK=2,07g SO=1,10g Tzs=2,06g			
Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlesű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;			Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;			
CSÜTÖRTÖK	2023.12.07.					
Óvoda: EN=135,67kcal FH=7,20g ZS=1,91g SZH=22,08g CK=0,36g SO=0,66g Tzs=0,18g Iskola: EN=194,41kcal FH=10,93g ZS=3,11g SZH=30,12g CK=0,52g SO=0,87g Tzs=0,24g K: Iskola: EN=271,37kcal FH=14,42g ZS=3,82g SZH=44,25g CK=0,74g SO=1,32g Tzs=0,36g			Óvoda: EN=484,20kcal FH=23,59g ZS=16,57g SZH=54,34g CK=10,67g SO=0,33g Tzs=1,02g Iskola: EN=594,81kcal FH=29,82g ZS=19,35g SZH=68,24g CK=12,85g SO=0,48g Tzs=1,12g K: Iskola: EN=675,49kcal FH=33,27g ZS=21,27g SZH=79,22g CK=14,14g SO=0,59g Tzs=1,23g			
Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;			Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) (15)*;			
PÉNTEK	2023.12.08.					
Óvoda: EN=262,50kcal FH=13,02g ZS=9,98g SZH=30,31g CK=5,51g SO=1,16g Tzs=3,76g Iskola: EN=359,10kcal FH=18,67g ZS=13,90g SZH=40,01g CK=11,94g SO=1,175g Tzs=5,35g K: Iskola: EN=468,80kcal FH=24,23g ZS=16,46g SZH=56,16g CK=14,44g SO=2,38g Tzs=6,46g			Óvoda: EN=395,80kcal FH=19,01g ZS=18,72g SZH=35,58g CK=1,06g SO=0,56g Tzs=1,62g Iskola: EN=523,95kcal FH=25,04g ZS=24,61g SZH=47,52g CK=1,23g SO=0,67g Tzs=2,13g K: Iskola: EN=613,85kcal FH=28,66g ZS=29,01g SZH=55,80g CK=1,47g SO=0,80g Tzs=2,54g			
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk			SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kányagárdai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu			
Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= Só; Tzs=Tejlett 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=Funestűdik			Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NCSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)			
Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0			Étlap név: 1300A1 Diabetesz			

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta 'sertés húss-, cukormentes' (9)*; Alma;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	
2023.12.11. HÉTFO Ovoda: EN=170,90kcal Iskola: EN=239,90kcal Kiiskola: EN=325,10kcal FH=8,88g ZS=5,44g FH=15,02g ZS=7,05g FH=20,05g ZS=8,00g SZH=21,20g CK=0,27g SZH=28,56g CK=0,36g SZH=42,39g CK=0,54g SO=1,21g Tzs=0,88g SO=2,00g Tzs=0,94g SO=2,71g Tzs=1,00g		Ovoda: EN=410,05kcal Iskola: EN=568,71kcal Kiiskola: EN=698,03kcal FH=14,35g ZS=6,68g FH=19,90g ZS=11,52g FH=26,19g ZS=13,17g SZH=71,32g CK=6,50g SZH=94,01g CK=8,24g SZH=115,21g CK=10,61g SO=0,89g Tzs=0,59g SO=1,37g Tzs=1,05g SO=1,72g Tzs=1,18g		Ovoda: EN=222,30kcal Iskola: EN=255,90kcal Kiiskola: EN=323,10kcal FH=8,71g ZS=9,20g FH=10,07g ZS=9,35g FH=12,63g ZS=9,65g SZH=26,00g CK=0,97g SZH=32,76g CK=0,06g SZH=46,29g CK=0,24g SO=0,78g Tzs=0,43g SO=0,99g Tzs=0,49g SO=1,41g Tzs=0,51g	
2023.12.12. KEDD Tej (2)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;		Ovoda: EN=437,22kcal Iskola: EN=575,71kcal Kiiskola: EN=745,71kcal FH=16,89g ZS=22,01g FH=22,43g ZS=30,09g FH=30,09g ZS=38,68g SZH=47,19g CK=5,31g SZH=58,66g CK=6,74g SZH=74,13g CK=10,11g SO=0,13g Tzs=0,92g SO=0,22g Tzs=1,25g SO=0,31g Tzs=1,62g		Ovoda: EN=167,90kcal Iskola: EN=285,90kcal Kiiskola: EN=320,30kcal FH=8,81g ZS=5,38g FH=14,92g ZS=6,95g FH=19,89g ZS=7,96g SZH=20,81g CK=0,27g SZH=27,91g CK=0,36g SZH=41,61g CK=0,54g SO=1,21g Tzs=0,88g SO=2,00g Tzs=0,94g SO=2,71g Tzs=1,06g	
2023.12.13. SZERDA Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Ovoda: EN=448,82kcal Iskola: EN=592,86kcal Kiiskola: EN=643,37kcal FH=24,05g ZS=13,27g FH=29,73g ZS=18,10g FH=33,06g ZS=21,15g SZH=53,23g CK=3,80g SZH=64,11g CK=4,41g SZH=73,21g CK=5,10g SO=0,54g Tzs=0,53g SO=1,00g Tzs=0,84g SO=1,02g Tzs=1,04g		Ovoda: EN=203,10kcal Iskola: EN=283,90kcal Kiiskola: EN=351,10kcal FH=6,93g ZS=10,61g FH=9,75g ZS=15,19g FH=12,36g ZS=16,49g SZH=20,45g CK=0,30g SZH=27,31g CK=0,41g SZH=40,84g CK=0,59g SO=1,10g Tzs=0,66g SO=1,63g Tzs=0,57g SO=2,05g Tzs=0,69g	
2023.12.14. CSÜTÖRTÖK Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Ovoda: EN=448,82kcal Iskola: EN=592,86kcal Kiiskola: EN=643,37kcal FH=24,05g ZS=13,27g FH=29,73g ZS=18,10g FH=33,06g ZS=21,15g SZH=53,23g CK=3,80g SZH=64,11g CK=4,41g SZH=73,21g CK=5,10g SO=0,54g Tzs=0,53g SO=1,00g Tzs=0,84g SO=1,02g Tzs=1,04g		Ovoda: EN=146,30kcal Iskola: EN=193,90kcal Kiiskola: EN=236,10kcal FH=5,97g ZS=4,30g FH=9,34g ZS=4,79g FH=12,98g ZS=5,27g SZH=20,97g CK=0,27g SZH=28,41g CK=0,36g SZH=42,27g CK=0,54g SO=1,13g Tzs=1,01g SO=1,84g Tzs=1,21g SO=2,51g Tzs=1,40g	
2023.12.15. PÉNTEK Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Ovoda: EN=390,63kcal Iskola: EN=494,83kcal Kiiskola: EN=569,71kcal FH=23,34g ZS=11,73g FH=29,01g ZS=15,73g FH=32,32g ZS=18,90g SZH=51,23g CK=1,10g SZH=63,98g CK=1,23g SZH=72,88g CK=1,43g SO=0,53g Tzs=0,74g SO=0,86g Tzs=1,10g SO=1,09g Tzs=1,46g		Ovoda: EN=207,00kcal Iskola: EN=244,60kcal Kiiskola: EN=414,00kcal FH=6,88g ZS=9,66g FH=8,43g ZS=9,87g FH=13,77g ZS=19,32g SZH=22,96g CK=0,33g SZH=30,38g CK=0,42g SZH=45,93g CK=0,66g SO=1,02g Tzs=1,41g SO=1,23g Tzs=1,47g SO=2,04g Tzs=2,82g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabetes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
ZS=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=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesfűszár; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.12.18.	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	Meggyleves (cukormentes, tejment.) (15)*; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;
KEDD 2023.12.19.	Tea (diabetikus) (15)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Alma;
SZERDA 2023.12.20.	Tea (diabetikus) (15)*; Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;	Zöldségleves 'Ilsztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;
CSÜTÖRTÖK 2023.12.21.	Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' (15)*;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Alma;
PÉNTEK 2023.12.22.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdat (diabetikus); Tököfőzelék (cukormentes, tejfőös) (2, 15)*; Alma;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) (1)*;



Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

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

Étlap név:
1300A1 Diabetesz

Tápanyagtartalom: EN=Számított 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=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szénhidrát; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Pinhatesűk
Dietés ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST
Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szébbé tételekért telefonon a
SULL-HOST Kft. dietetikusától kért az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,78kcal	0,72g	0,15g	13,93g	9,90g	0,03g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,14kcal	17,63g	9,13g	13,57g	4,40g	0,19g	0,40g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	0,45g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-teszta 'sertés- cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	300,78kcal	10,72g	5,37g	51,54g	3,53g	0,83g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,22g	0,04g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gomba leves 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	0,09g	0,22g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Húsgombóc sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Sárgarépa, Só 'jódozott'	21,62kcal	0,90g	0,13g	4,02g	1,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék tej, lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,15g	0,50g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,31kcal	1,26g	2,97g	7,37g	1,41g	0,06g	0,31g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pirítvány paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,52kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,15g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Meggyleves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,48kcal	1,19g	0,15g	14,65g	10,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás (diab.tejment.) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	118,26kcal	1,69g	2,98g	20,58g	12,65g	0,15g	0,30g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paradicsom leves 'Cukormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	57,95kcal	1,84g	0,34g	11,73g	2,48g	0,06g	0,03g
Paradicsom mártás 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	83,25kcal	3,03g	2,28g	12,54g	5,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	134,29kcal	3,32g	7,80g	12,74g	0,00g	0,22g	0,80g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt sertés szelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,44kcal	16,84g	11,08g	0,69g	0,17g	0,06g	0,50g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Pulykaragu leves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,07kcal	11,10g	8,44g	5,50g	0,39g	0,31g	0,41g
Rakott zöldbab tejmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	376,81kcal	15,85g	19,90g	38,04g	4,21g	0,08g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Tarhonyaleves (burgonyamentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,22g	2,20g	11,43g	1,02g	0,18g	0,22g
Taurus Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,72kcal	0,00g	0,00g	0,06g	0,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	179,60kcal	8,75g	3,12g	40,76g	9,20g	0,23g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiörlésű kenyér (adalékmentes) Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tökfőzelék (cukormentes, tejfölös) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Folyékony édesítőszer, Kapor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	142,62kcal	2,82g	6,05g	18,28g	5,38g	0,08g	0,64g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigyó uborka, Só 'jódozott'	8,49kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,15g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,76kcal	17,80g	13,56g	3,52g	0,65g	0,17g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,18g	16,28g	4,83g	0,34g	0,15g	0,21g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zellerkrémleves 'tejmentes'	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldbab leves	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldbabfőzelék (tejfölös,cukormentes)	130,27kcal	4,39g	5,15g	15,25g	3,28g	0,07g	0,47g
Összetétel: Bioacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes'	202,11kcal	9,61g	4,94g	28,11g	8,34g	0,21g	0,85g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'							
Zöldborsós sertésragu	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom							
Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							
Zöldséges rakott burgonya	352,10kcal	19,29g	11,04g	39,28g	0,17g	0,11g	1,15g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma							
Zöldséges rizses 'pulyka'	181,96kcal	7,70g	7,54g	28,73g	2,01g	0,47g	0,62g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségkrémleves	93,08kcal	1,90g	4,03g	11,79g	1,93g	0,15g	0,32g
Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Zöldséglevés 'lisztmentes'	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségleves 'tej-, cukormentes'	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							