

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tárkonyos csirkereguleves (gluténmentes); Kakaós csiga gluténmentes; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
2023.11.27. HÉTFŐ Övoda: EN=757,27kcal FH=53,01g ZS=24,88g SZH=81,50g CK=10,70g SO=4,43g TZS=4,73g Iskola: EN=779,27kcal FH=54,56g ZS=25,34g SZH=83,80g CK=13,00g SO=4,48g TZS=5,18g K Iskola: EN=1470,54kcal FH=102,92g ZS=47,69g SZH=156,40g CK=16,80g SO=8,76g TZS=8,56g		Övoda: EN=380,13kcal FH=14,60g ZS=15,43g SZH=4,32g CK=0,97g SO=0,87g TZS=8,61g Iskola: EN=429,07kcal FH=17,34g ZS=16,97g SZH=49,01g CK=1,56g SO=1,04g TZS=8,72g K Iskola: EN=691,08kcal FH=22,69g ZS=29,28g SZH=79,87g CK=2,16g SO=1,74g TZS=17,23g		Övoda: EN=671,37kcal FH=47,27g ZS=22,72g SZH=71,56g CK=1,47g SO=4,32g TZS=5,18g Iskola: EN=728,57kcal FH=49,32g ZS=27,22g SZH=72,28g CK=1,49g SO=4,63g TZS=7,03g K Iskola: EN=1299,64kcal FH=83,64g ZS=39,72g SZH=143,11g CK=2,93g SO=8,47g TZS=8,73g	
2023.11.28. KEDD Övoda: EN=685,02kcal FH=47,73g ZS=13,95g SZH=92,38g CK=21,48g SO=3,88g TZS=1,73g Iskola: EN=708,20kcal FH=50,11g ZS=14,97g SZH=93,35g CK=21,52g SO=3,88g TZS=1,73g K Iskola: EN=1286,24kcal FH=95,16g ZS=27,82g SZH=164,35g CK=23,01g SO=7,74g TZS=3,43g		Övoda: EN=657,63kcal FH=28,81g ZS=27,56g SZH=71,78g CK=13,36g SO=1,30g TZS=1,50g Iskola: EN=790,92kcal FH=33,86g ZS=34,90g SZH=82,81g CK=16,37g SO=1,56g TZS=1,77g K Iskola: EN=1075,30kcal FH=49,63g ZS=39,71g SZH=126,93g CK=20,41g SO=2,91g TZS=2,12g		Övoda: EN=648,27kcal FH=47,59g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SO=4,23g TZS=3,35g Iskola: EN=648,27kcal FH=47,59g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SO=4,23g TZS=3,35g K Iskola: EN=1296,54kcal FH=95,18g ZS=38,09g SZH=144,00g CK=2,89g SO=8,46g TZS=6,70g	
2023.11.29. SZERDA Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldségleves 'lisztmentes'; Tarhonyás csirke 'lisztmentes'; Uborkasaláta;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Övoda: EN=635,05kcal FH=46,26g ZS=16,32g SZH=76,25g CK=6,47g SO=1,34g TZS=2,33g Iskola: EN=657,29kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=78,94g CK=8,49g SO=1,84g TZS=2,67g K Iskola: EN=1241,48kcal FH=93,55g ZS=29,31g SZH=151,82g CK=11,94g SO=8,83g TZS=4,43g		Övoda: EN=457,09kcal FH=22,16g ZS=13,53g SZH=59,12g CK=6,41g SO=0,34g TZS=0,89g Iskola: EN=573,69kcal FH=27,90g ZS=17,71g SZH=72,44g CK=7,93g SO=0,66g TZS=1,20g K Iskola: EN=703,66kcal FH=31,70g ZS=21,05g SZH=82,98g CK=9,44g SO=0,85g TZS=1,45g		Övoda: EN=693,57kcal FH=49,20g ZS=21,37g SZH=76,53g CK=7,44g SO=3,99g TZS=6,00g Iskola: EN=693,57kcal FH=49,20g ZS=21,37g SZH=76,53g CK=7,44g SO=3,99g TZS=6,00g K Iskola: EN=1262,64kcal FH=93,50g ZS=33,85g SZH=141,06g CK=8,88g SO=7,83g TZS=7,70g	
2023.11.30. CSÜTÖRTÖK Tej (2)*; Trappisia sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Riz-bizi; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Övoda: EN=782,77kcal FH=58,20g ZS=25,87g SZH=79,88g CK=10,64g SO=4,32g TZS=8,70g Iskola: EN=836,17kcal FH=62,35g ZS=28,92g SZH=82,23g CK=12,94g SO=4,73g TZS=10,65g K Iskola: EN=1458,64kcal FH=110,70g ZS=44,45g SZH=155,11g CK=16,88g SO=8,78g TZS=14,30g		Övoda: EN=643,87kcal FH=28,22g ZS=16,47g SZH=105,68g CK=20,38g SO=2,34g TZS=1,83g Iskola: EN=780,69kcal FH=33,30g ZS=19,53g SZH=133,07g CK=26,17g SO=2,66g TZS=2,14g K Iskola: EN=1064,79kcal FH=50,30g ZS=21,54g SZH=85,17g CK=35,04g SO=4,09g TZS=2,45g		Övoda: EN=639,17kcal FH=46,80g ZS=18,97g SZH=70,83g CK=1,48g SO=4,17g TZS=3,48g Iskola: EN=677,77kcal FH=49,40g ZS=21,97g SZH=71,13g CK=1,52g SO=4,50g TZS=4,56g K Iskola: EN=1266,14kcal FH=94,80g ZS=35,95g SZH=141,81g CK=2,89g SO=8,50g TZS=6,80g	
2023.12.01. PÉNTEK Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Brokkoli krémleves 'Tej- lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Övoda: EN=686,57kcal FH=49,36g ZS=21,31g SZH=77,13g CK=7,14g SO=3,99g TZS=5,85g Iskola: EN=700,57kcal FH=49,60g ZS=21,37g SZH=77,73g CK=7,14g SO=3,99g TZS=5,85g K Iskola: EN=1271,64kcal FH=93,92g ZS=33,89g SZH=148,56g CK=8,58g SO=7,83g TZS=7,55g		Övoda: EN=570,45kcal FH=28,91g ZS=12,75g SZH=64,32g CK=6,06g SO=0,60g TZS=1,99g Iskola: EN=672,64kcal FH=38,43g ZS=17,94g SZH=82,18g CK=7,70g SO=1,10g TZS=3,55g K Iskola: EN=784,69kcal FH=43,14g ZS=20,28g SZH=88,80g CK=9,22g SO=1,14g TZS=3,66g		Övoda: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=65,53g CK=14,69g SO=3,84g TZS=2,40g Iskola: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=65,53g CK=14,69g SO=3,84g TZS=2,40g K Iskola: EN=1294,64kcal FH=88,40g ZS=28,45g SZH=171,09g CK=29,38g SO=7,68g TZS=4,10g	



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

Étlap név:
 0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérfe; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
 TZS=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tőjás; 4=Sóda; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Fűhatesztiek
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
 Szegedi OVI (www.oviszegedvaros.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)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ébéd A	Uzsonna
	Joghurt (2)*, Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'gluténmentes';	Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejles' (2)*; Alma;	Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';
HÉTFŐ 2023.12.04.	Övoda: EN=782,27kcal FH=51,91g ZS=26,99g SZH=78,30g CK=7,50g SÓ=4,38g IZS=6,53g Iskola: EN=762,27kcal FH=51,91g ZS=26,99g SZH=78,30g CK=7,50g SÓ=4,38g IZS=6,53g K.Iskola: EN=1 431,54kcal FH=48,72g ZS=48,59g SZH=150,80g CK=9,00g SÓ=8,61g IZS=9,46g	Övoda: EN=562,35kcal FH=29,76g ZS=11,11g SZH=96,18g CK=32,56g SÓ=0,44g IZS=2,92g Iskola: EN=705,73kcal FH=35,68g ZS=13,76g SZH=121,42g CK=43,28g SÓ=0,69g IZS=3,40g K.Iskola: EN=884,14kcal FH=43,75g ZS=16,53g SZH=153,89g CK=56,28g SÓ=0,74g IZS=4,03g	Övoda: EN=660,57kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=87,01g CK=17,86g SÓ=3,84g IZS=2,40g Iskola: EN=660,57kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=87,01g CK=17,86g SÓ=3,84g IZS=2,40g K.Iskola: EN=1 229,64kcal FH=88,40g ZS=28,45g SZH=157,54g CK=19,30g SÓ=7,68g IZS=4,10g
KEDD 2023.12.05.	Övoda: EN=778,97kcal FH=52,30g ZS=22,95g SZH=91,18g CK=21,44g SÓ=4,32g IZS=6,99g Iskola: EN=810,37kcal FH=54,90g ZS=26,25g SZH=91,23g CK=21,44g SÓ=4,48g IZS=8,43g K.Iskola: EN=1 410,84kcal FH=101,70g ZS=40,03g SZH=161,81g CK=22,88g SÓ=8,48g IZS=11,63g	Övoda: EN=470,45kcal FH=23,76g ZS=13,80g SZH=59,04g CK=21,77g SÓ=0,29g IZS=0,73g Iskola: EN=617,48kcal FH=30,12g ZS=17,52g SZH=78,59g CK=30,58g SÓ=0,50g IZS=0,94g K.Iskola: EN=702,74kcal FH=33,99g ZS=19,44g SZH=92,47g CK=33,82g SÓ=0,75g IZS=1,04g	Övoda: EN=213,80kcal FH=2,78g ZS=7,82g SZH=30,50g CK=0,00g SÓ=0,72g IZS=1,24g Iskola: EN=226,20kcal FH=2,94g ZS=7,82g SZH=33,30g CK=0,00g SÓ=0,72g IZS=1,24g K.Iskola: EN=374,40kcal FH=6,28g ZS=12,14g SZH=56,10g CK=0,00g SÓ=1,44g IZS=1,78g
SZERDA 2023.12.06.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes'; Uborka; Övoda: EN=624,65kcal FH=44,50g ZS=16,00g SZH=76,08g CK=6,47g SÓ=3,84g IZS=2,40g Iskola: EN=635,29kcal FH=44,70g ZS=16,02g SZH=78,44g CK=6,49g SÓ=3,84g IZS=2,40g K.Iskola: EN=1 213,68kcal FH=49,00g ZS=28,51g SZH=151,75g CK=11,94g SÓ=7,68g IZS=4,10g	Övoda: EN=586,40kcal FH=22,47g ZS=22,25g SZH=73,75g CK=1,55g SÓ=0,55g IZS=1,43g Iskola: EN=771,53kcal FH=28,32g ZS=28,36g SZH=97,11g CK=1,77g SÓ=0,88g IZS=1,84g K.Iskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=2,07g SÓ=1,10g IZS=2,25g	Övoda: EN=648,27kcal FH=47,56g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SÓ=4,23g IZS=3,35g Iskola: EN=648,27kcal FH=47,56g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SÓ=4,23g IZS=3,35g K.Iskola: EN=1 296,54kcal FH=95,18g ZS=38,09g SZH=144,00g CK=2,88g SÓ=8,46g IZS=6,70g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.07.	Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'gluténmentes'; Övoda: EN=617,94kcal FH=47,13g ZS=13,84g SZH=76,43g CK=6,53g SÓ=3,88g IZS=1,70g Iskola: EN=647,08kcal FH=49,31g ZS=14,84g SZH=79,08g CK=6,60g SÓ=3,88g IZS=1,70g K.Iskola: EN=1 231,92kcal FH=94,20g ZS=27,68g SZH=151,92g CK=12,08g SÓ=7,74g IZS=3,40g	Övoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=23,19g SÓ=1,11g IZS=1,29g Iskola: EN=671,34kcal FH=30,34g ZS=19,92g SZH=85,29g CK=31,31g SÓ=1,57g IZS=1,48g K.Iskola: EN=781,22kcal FH=34,53g ZS=22,14g SZH=102,33g CK=38,80g SÓ=2,01g IZS=1,77g	Övoda: EN=614,57kcal FH=46,26g ZS=16,32g SZH=71,21g CK=1,44g SÓ=4,34g IZS=2,53g Iskola: EN=628,57kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=71,88g CK=1,44g SÓ=4,84g IZS=2,67g K.Iskola: EN=1 204,64kcal FH=83,55g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SÓ=8,83g IZS=4,43g
PÉNTEK 2023.12.08.	Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka; Övoda: EN=730,77kcal FH=53,30g ZS=22,00g SZH=80,54g CK=10,68g SÓ=4,37g IZS=5,28g Iskola: EN=763,77kcal FH=57,66g ZS=25,77g SZH=83,48g CK=13,02g SÓ=4,75g IZS=6,81g K.Iskola: EN=1 405,34kcal FH=104,80g ZS=40,51g SZH=156,63g CK=16,78g SÓ=8,80g IZS=9,50g	Burgonyaleves (tejmentes); Vagdatl csirkel(t)ójás- lisztmentes); Parafőzelek tejfel (2)*; Főtt burgonya; Kenyer 'gluténmentes'; Övoda: EN=753,59kcal FH=37,34g ZS=23,18g SZH=85,00g CK=9,74g SÓ=1,89g IZS=2,91g Iskola: EN=913,58kcal FH=44,30g ZS=29,30g SZH=112,86g CK=11,37g SÓ=2,14g IZS=3,51g K.Iskola: EN=1 216,36kcal FH=61,59g ZS=33,82g SZH=160,23g CK=13,65g SÓ=3,54g IZS=4,09g	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes'; Övoda: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=85,53g CK=14,68g SÓ=3,84g IZS=2,40g Iskola: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=85,53g CK=14,68g SÓ=3,84g IZS=2,40g K.Iskola: EN=1 294,64kcal FH=88,40g ZS=28,45g SZH=171,06g CK=29,38g SÓ=7,68g IZS=4,10g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDEGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szécsend, Kenderfővár ú. 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@subli-prost.hr

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;

=Hal: 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszerek; 16=Puhatestűk

Diétás étellek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (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

Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.12.11.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Zöldborsó leves 'teji-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Kefir (2)*; Köles buci gluténmentes;
KEDD 2023.12.12.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Csontleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Alma;	Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;
	Ovoda: EN=627,00kcal FH=4,56g ZS=16,06g SZH=6,47g CK=6,47g SO=3,84g Tzs=2,40g Iskola: EN=639,29kcal FH=44,80g ZS=16,12g SZH=79,09g CK=8,49g SO=3,84g Tzs=2,40g Kisiskola: EN=1218,48kcal FH=69,12g ZS=26,63g SZH=151,99g CK=11,94g SO=7,68g Tzs=4,10g	Ovoda: EN=453,39kcal FH=15,80g ZS=6,18g SZH=7,14g CK=12,50g SO=0,89g Tzs=0,58g Iskola: EN=629,65kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=101,73g CK=16,24g SO=1,37g Tzs=1,05g Kisiskola: EN=774,57kcal FH=29,08g ZS=16,17g SZH=124,82g CK=20,61g SO=1,72g Tzs=1,18g	Ovoda: EN=238,20kcal FH=7,14g ZS=9,57g SZH=28,50g CK=5,70g SO=0,67g Tzs=3,99g Iskola: EN=238,20kcal FH=7,14g ZS=9,57g SZH=28,50g CK=5,70g SO=0,67g Tzs=3,99g Kisiskola: EN=386,40kcal FH=9,48g ZS=13,89g SZH=51,30g CK=5,70g SO=1,59g Tzs=4,53g
SZERDA 2023.12.13.	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Ovoda: EN=690,77kcal FH=44,86g ZS=16,14g SZH=91,89g CK=21,44g SO=3,84g Tzs=2,43g Iskola: EN=694,77kcal FH=45,10g ZS=16,20g SZH=92,53g CK=21,44g SO=3,84g Tzs=2,43g Kisiskola: EN=1265,84kcal FH=89,42g ZS=28,71g SZH=163,36g CK=22,86g SO=7,68g Tzs=4,13g	Ovoda: EN=653,38kcal FH=35,68g ZS=20,14g SZH=77,70g CK=4,88g SO=1,66g Tzs=1,52g Iskola: EN=627,26kcal FH=41,16g ZS=25,17g SZH=87,08g CK=4,94g SO=2,12g Tzs=1,87g Kisiskola: EN=1020,53kcal FH=57,03g ZS=28,33g SZH=126,09g CK=7,26g SO=3,25g Tzs=2,21g	Ovoda: EN=671,37kcal FH=46,91g ZS=22,63g SZH=70,68g CK=1,47g SO=4,32g Tzs=5,18g Iskola: EN=718,57kcal FH=48,72g ZS=27,07g SZH=70,78g CK=1,49g SO=4,63g Tzs=7,03g Kisiskola: EN=1287,64kcal FH=92,92g ZS=39,54g SZH=141,31g CK=2,93g SO=8,47g Tzs=8,73g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.14.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	Lebencs leves 'lisztmentes'; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Ovoda: EN=692,17kcal FH=50,70g ZS=19,00g SZH=80,24g CK=10,64g SO=4,04g Tzs=4,20g Iskola: EN=716,57kcal FH=52,45g ZS=19,77g SZH=82,89g CK=12,94g SO=4,09g Tzs=4,65g Kisiskola: EN=1308,84kcal FH=98,30g ZS=33,01g SZH=155,68g CK=16,66g SO=7,98g Tzs=6,80g	Ovoda: EN=597,77kcal FH=35,64g ZS=18,08g SZH=76,96g CK=2,18g SO=1,51g Tzs=1,53g Iskola: EN=689,57kcal FH=41,15g ZS=22,08g SZH=66,32g CK=2,31g SO=1,69g Tzs=1,89g Kisiskola: EN=947,37kcal FH=57,20g ZS=25,15g SZH=129,01g CK=3,59g SO=2,98g Tzs=2,33g	Ovoda: EN=614,57kcal FH=46,28g ZS=16,32g SZH=71,21g CK=1,44g SO=4,34g Tzs=2,63g Iskola: EN=628,57kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=71,88g CK=1,44g SO=4,84g Tzs=2,67g Kisiskola: EN=1204,64kcal FH=93,55g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SO=8,93g Tzs=4,43g
PÉNTEK 2023.12.15.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldsegleves 'lisztmentes'; Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';
	Ovoda: EN=778,97kcal FH=62,30g ZS=22,95g SZH=81,18g CK=21,44g SO=4,32g Tzs=6,93g Iskola: EN=810,37kcal FH=64,90g ZS=25,25g SZH=81,23g CK=21,44g SO=4,48g Tzs=8,43g Kisiskola: EN=1410,84kcal FH=101,70g ZS=40,03g SZH=161,61g CK=22,88g SO=8,48g Tzs=11,63g	Ovoda: EN=529,50kcal FH=23,34g ZS=23,87g SZH=71,36g CK=7,21g SO=0,53g Tzs=2,06g Iskola: EN=671,77kcal FH=29,47g ZS=29,71g SZH=83,05g CK=8,51g SO=0,83g Tzs=2,59g Kisiskola: EN=776,40kcal FH=33,36g ZS=33,65g SZH=112,05g CK=9,89g SO=0,93g Tzs=2,95g	Ovoda: EN=669,27kcal FH=46,81g ZS=21,59g SZH=72,30g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g Iskola: EN=669,27kcal FH=46,81g ZS=21,59g SZH=72,30g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g Kisiskola: EN=1338,54kcal FH=93,62g ZS=43,19g SZH=144,60g CK=3,00g SO=8,46g Tzs=5,86g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁRÓ 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:

0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SZO;
Tzs=Telített zsír.

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Meggyleves 'liszt-, tejmentes'; Bácskai rizses hús sertés; Csemege uborka (11)*;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2023.12.18.		K. Iskolai: EN=1.402,14kcal Övoda: EN=728,77kcal Iskolai: EN=790,97kcal FH=52,40g ZS=22,37g FH=55,95g ZS=26,52g SZH=82,83g CK=13,18g SZH=82,83g CK=13,18g SO=4,44g Tzs=5,40g SO=4,88g Tzs=7,05g SO=8,98g Tzs=8,9g		K. Iskolai: EN=534,67kcal Övoda: EN=669,87kcal Iskolai: EN=669,87kcal FH=46,87g ZS=21,62g FH=46,87g ZS=21,62g SZH=72,42g CK=1,50g SZH=72,42g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g SO=8,46g Tzs=5,86g	
KEDD 2023.12.19.		K. Iskolai: EN=1.445,64kcal Övoda: EN=832,57kcal Iskolai: EN=854,57kcal FH=57,00g ZS=31,57g FH=68,55g ZS=32,32g SZH=80,75g CK=10,70g SZH=80,75g CK=10,70g SO=5,36g Tzs=9,18g SO=5,41g Tzs=9,63g SO=9,30g Tzs=11,78g		K. Iskolai: EN=852,95kcal Övoda: EN=634,67kcal Iskolai: EN=647,07kcal FH=44,80g ZS=15,97g FH=44,80g ZS=15,97g SZH=78,23g CK=1,44g SZH=78,23g CK=1,44g SO=3,84g Tzs=2,40g SO=3,84g Tzs=2,40g SO=7,68g Tzs=4,10g	
SZERDA 2023.12.20.		K. Iskolai: EN=1.419,64kcal Övoda: EN=759,37kcal Iskolai: EN=828,57kcal FH=53,11g ZS=25,63g FH=56,47g ZS=30,82g SZH=79,89g CK=10,67g SZH=79,89g CK=10,67g SO=4,52g Tzs=6,98g SO=4,88g Tzs=9,28g SO=8,77g Tzs=11,43g		K. Iskolai: EN=338,90kcal Övoda: EN=185,70kcal Iskolai: EN=189,70kcal FH=2,70g ZS=7,91g FH=2,94g ZS=7,97g SZH=23,70g CK=0,00g SZH=23,70g CK=0,00g SO=0,12g Tzs=1,24g SO=0,12g Tzs=1,24g SO=1,44g Tzs=1,78g	
CSÜTÖRTÖK 2023.12.21.		K. Iskolai: EN=1.231,92kcal Övoda: EN=617,94kcal Iskolai: EN=647,08kcal FH=47,13g ZS=13,84g FH=49,31g ZS=14,84g SZH=76,43g CK=6,53g SZH=76,43g CK=6,53g SO=3,88g Tzs=1,70g SO=3,88g Tzs=1,70g SO=7,74g Tzs=3,40g		K. Iskolai: EN=1.216,14kcal Övoda: EN=634,67kcal Iskolai: EN=647,07kcal FH=44,80g ZS=15,97g FH=44,80g ZS=15,97g SZH=78,23g CK=1,44g SZH=78,23g CK=1,44g SO=3,84g Tzs=2,40g SO=3,84g Tzs=2,40g SO=7,68g Tzs=4,10g	
PÉNTEK 2023.12.22.		K. Iskolai: EN=1.271,64kcal Övoda: EN=696,57kcal Iskolai: EN=700,57kcal FH=49,30g ZS=21,31g FH=49,60g ZS=21,37g SZH=77,13g CK=7,14g SZH=77,13g CK=7,14g SO=3,99g Tzs=5,85g SO=3,99g Tzs=5,85g SO=7,89g Tzs=11,59g		K. Iskolai: EN=1.169,32kcal Övoda: EN=663,07kcal Iskolai: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g FH=44,20g ZS=15,97g SZH=78,53g CK=1,469g SZH=78,53g CK=1,469g SO=3,84g Tzs=2,40g SO=3,84g Tzs=2,40g SO=7,68g Tzs=4,10g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Telített zsír;

Diétás ételek 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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Gulyás leves sertés hússal; Kakaós csiga gluténmentes; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2023.12.25.					
Ovoda: EN=684,57kcal FH=50,76g ZS=19,00g SZH=80,63g CK=10,64g SÓ=4,04g TZS=4,20g		Iskola: EN=720,57kcal FH=52,55g ZS=19,87g SZH=83,53g CK=12,94g SÓ=4,09g TZS=4,65g		Kiskola: EN=1.313,64kcal FH=98,42g ZS=33,13g SZH=156,66g CK=16,68g SÓ=7,98g TZS=6,80g	
Tej (2)*; Házi zöldséges sertés húskrém 'tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Karalábé leves 'lisztmentes'; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
KEDD 2023.12.26.					
Ovoda: EN=711,33kcal FH=54,96g ZS=19,12g SZH=80,37g CK=10,63g SÓ=4,14g TZS=4,10g		Iskola: EN=752,10kcal FH=58,81g ZS=20,70g SZH=83,05g CK=12,99g SÓ=4,19g TZS=4,55g		Kiskola: EN=1.376,97kcal FH=108,86g ZS=35,56g SZH=174,94g CK=16,73g SÓ=8,07g TZS=6,70g	
Toast sonkás felvágott (diéta); Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldséges (9)*; Riziz-bizi;		Joghurt (2)*; Köles buci gluténmentes;	
SZERDA 2023.12.27.					
Ovoda: EN=635,05kcal FH=46,26g ZS=16,32g SZH=76,25g CK=6,47g SÓ=4,34g TZS=2,63g		Iskola: EN=657,29kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=78,94g CK=6,49g SÓ=4,84g TZS=2,67g		Kiskola: EN=1.241,48kcal FH=93,56g ZS=29,31g SZH=151,82g CK=11,94g SÓ=6,93g TZS=4,43g	
Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Almaleves (lisztmentes, tejes) (2)*; Bazsalikomos csikera; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
CSÜTÖRTÖK 2023.12.28.					
Ovoda: EN=614,29kcal FH=46,47g ZS=13,82g SZH=76,24g CK=6,48g SÓ=3,86g TZS=1,70g		Iskola: EN=648,45kcal FH=48,21g ZS=15,52g SZH=78,97g CK=6,51g SÓ=3,86g TZS=1,70g		Kiskola: EN=1.238,42kcal FH=93,28g ZS=28,85g SZH=151,86g CK=11,95g SÓ=7,68g TZS=4,40g	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2023.12.29.					
Ovoda: EN=778,97kcal FH=52,30g ZS=22,95g SZH=91,18g CK=21,44g SÓ=4,32g TZS=6,93g		Iskola: EN=810,37kcal FH=54,90g ZS=25,25g SZH=91,23g CK=21,44g SÓ=4,48g TZS=6,43g		Kiskola: EN=1.410,84kcal FH=101,70g ZS=40,03g SZH=161,81g CK=22,88g SÓ=8,48g TZS=11,63g	

SULL-HOST

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

E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír.

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tőjás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Múster; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillaggyűt; 15=Édesítőszer; 16=Punatestiek

Dietetikusok: Szegedi ÖVI (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. dietetikusi kőrhöz az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Étlap név:

0300A1 Gluténmentes

Sull-Host

Étkeztetési

Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (lisztmentes,tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,06g	0,27g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,54kcal	20,23g	11,43g	13,62g	4,40g	0,35g	1,90g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	229,65kcal	17,21g	6,42g	24,42g	1,06g	0,18g	0,22g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', 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-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	0,83g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, 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 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,54kcal	4,54g	2,39g	33,46g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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, 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
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gomba leves 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	77,89kcal	2,73g	2,20g	11,44g	0,99g	0,09g	0,22g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,06g	0,63g
Gyümölcsrizs 'tejes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Tej '1,5%'	298,60kcal	12,13g	4,69g	63,06g	31,50g	0,30g	2,70g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
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
Kakaós csiga gluténmentes Összetétel: Kakaós csiga gluténmentes 60g	227,40kcal	2,88g	10,80g	28,20g	0,00g	0,54g	8,40g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,36kcal	1,57g	3,08g	10,19g	3,54g	0,24g	0,33g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,01g	0,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,12g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	569,07kcal	44,20g	12,47g	70,53g	1,44g	3,84g	1,70g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,31kcal	1,26g	2,97g	7,37g	1,41g	0,06g	0,31g
Köles buci gluténmentes Összetétel: Köles buci gluténmentes 60g	148,20kcal	2,34g	4,32g	22,80g	0,00g	0,72g	0,54g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pítamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,52kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,15g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,07kcal	2,16g	2,99g	16,55g	0,89g	0,09g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	158,55kcal	1,69g	3,90g	28,58g	20,65g	0,15g	0,40g
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcslé	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paradicsom leves 'lisztmentes' Összetétel: Betű teszta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,06g	0,03g
Paradicsom mártás 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,13kcal	6,42g	5,62g	20,34g	7,60g	0,40g	1,30g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Rakott zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	346,17kcal	15,67g	20,52g	28,92g	4,21g	0,05g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
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 teszta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Tarhonyaleves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,71kcal	1,87g	3,17g	15,38g	1,02g	0,18g	0,32g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,18g	0,32g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	234,50kcal	9,39g	3,15g	56,65g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tökfőzelék tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,20kcal	2,79g	5,93g	21,24g	8,38g	0,08g	0,64g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,76kcal	17,80g	13,56g	3,52g	0,65g	0,17g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,15g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves (gluténmentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	101,82kcal	3,07g	3,28g	14,07g	2,37g	0,19g	0,36g
Zöldbabfőzelék (tej-, lisztmentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,65kcal	4,45g	4,23g	20,37g	5,28g	0,02g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,82kcal	7,76g	4,29g	32,68g	14,00g	0,17g	0,48g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma	352,10kcal	19,29g	11,04g	39,28g	0,17g	0,11g	1,15g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,96kcal	7,70g	7,54g	28,73g	2,01g	0,47g	0,62g
Zöldségleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g