

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
HÉTFŐ 2022.06.27.		Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárzababfőzelék tej-, liszt-, cukormentes;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
Övoda: EN=200,60kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=22,57g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g		Övoda: EN=416,60kcal FH=19,04g ZS=17,09g SZH=46,39g CK=1,54g SO=2,38g Tzs=5,41g		Övoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=5,78g SO=0,71g Tzs=4,31g	
Iskola: EN=225,70kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=27,77g CK=0,16g SO=1,09g Tzs=1,43g		Iskola: EN=526,17kcal FH=23,82g ZS=20,13g SZH=62,56g CK=2,09g SO=3,08g Tzs=5,72g		Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SO=0,85g Tzs=4,35g	
K.I.skola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=38,94g CK=0,26g SO=1,76g Tzs=2,74g		K.I.skola: EN=724,92kcal FH=33,16g ZS=35,68g SZH=72,90g CK=2,70g SO=4,71g Tzs=11,01g		K.I.skola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,49g SZH=43,90g CK=5,84g SO=1,13g Tzs=4,43g	
KEDD 2022.06.28.		Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek inycnc (5)*; Párolt rizs;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=297,38kcal FH=14,35g ZS=11,63g SZH=32,04g CK=0,13g SO=1,14g Tzs=0,98g		Övoda: EN=462,51kcal FH=24,58g ZS=20,31g SZH=55,30g CK=1,50g SO=0,76g Tzs=1,48g		Övoda: EN=243,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=47,80g CK=0,08g SO=0,56g Tzs=0,86g	
Iskola: EN=358,88kcal FH=17,41g ZS=14,48g SZH=37,62g CK=0,15g SO=1,32g Tzs=1,20g		Iskola: EN=596,67kcal FH=31,09g ZS=25,15g SZH=66,86g CK=2,09g SO=2,36g Tzs=1,83g		Iskola: EN=269,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=53,00g CK=0,10g SO=0,70g Tzs=0,90g	
K.I.skola: EN=436,07kcal FH=20,70g ZS=16,72g SZH=48,23g CK=0,20g SO=2,07g Tzs=1,50g		K.I.skola: EN=712,51kcal FH=35,48g ZS=30,32g SZH=82,28g CK=2,63g SO=3,46g Tzs=2,29g		K.I.skola: EN=431,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=50,40g CK=0,14g SO=0,98g Tzs=0,98g	
SZERDA 2022.06.29.		Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=232,10kcal FH=11,12g ZS=10,81g SZH=21,85g CK=0,08g SO=1,04g Tzs=5,36g		Övoda: EN=428,61kcal FH=23,46g ZS=13,65g SZH=42,18g CK=8,93g SO=1,73g Tzs=1,35g		Övoda: EN=179,60kcal FH=6,38g ZS=1,70g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,95g Tzs=1,81g	
Iskola: EN=292,60kcal FH=14,70g ZS=13,25g SZH=27,70g CK=0,10g SO=1,34g Tzs=6,90g		Iskola: EN=556,15kcal FH=31,81g ZS=18,23g SZH=65,35g CK=1,73g SO=2,94g Tzs=1,92g		Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SO=1,09g Tzs=1,85g	
K.I.skola: EN=376,20kcal FH=18,90g ZS=15,74g SZH=38,45g CK=0,14g SO=1,78g Tzs=8,48g		K.I.skola: EN=679,91kcal FH=37,75g ZS=22,74g SZH=68,07g CK=4,49g SO=3,56g Tzs=2,48g		K.I.skola: EN=334,10kcal FH=11,95g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SO=1,76g Tzs=3,59g	
CSÜTÖRTÖK 2022.06.30.		Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Petrezselymes túrkrém (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
Övoda: EN=262,30kcal FH=11,07g ZS=9,64g SZH=31,80g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g		Övoda: EN=398,98kcal FH=16,24g ZS=11,24g SZH=63,52g CK=5,31g SO=2,63g Tzs=1,00g		Övoda: EN=128,56kcal FH=5,53g ZS=1,70g SZH=21,96g CK=0,08g SO=0,66g Tzs=0,16g	
Iskola: EN=299,90kcal FH=12,62g ZS=9,65g SZH=39,16g CK=0,36g SO=0,84g Tzs=0,94g		Iskola: EN=517,22kcal FH=20,43g ZS=15,87g SZH=67,25g CK=7,09g SO=3,48g Tzs=1,46g		Iskola: EN=181,89kcal FH=8,22g ZS=3,50g SZH=28,20g CK=0,10g SO=0,80g Tzs=0,20g	
K.I.skola: EN=369,10kcal FH=15,35g ZS=10,18g SZH=52,98g CK=0,54g SO=1,26g Tzs=1,06g		K.I.skola: EN=609,33kcal FH=24,51g ZS=17,74g SZH=80,80g CK=8,88g SO=4,34g Tzs=1,67g		K.I.skola: EN=246,22kcal FH=10,67g ZS=4,52g SZH=39,12g CK=0,14g SO=1,18g Tzs=0,28g	
PÉNTEK 2022.07.01.		Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
Övoda: EN=171,22kcal FH=5,58g ZS=6,82g SZH=21,16g CK=0,17g SO=0,88g Tzs=1,94g		Övoda: EN=589,91kcal FH=22,37g ZS=23,27g SZH=69,86g CK=5,96g SO=1,31g Tzs=2,73g		Övoda: EN=261,90kcal FH=10,12g ZS=9,51g SZH=32,30g CK=0,08g SO=0,56g Tzs=0,86g	
Iskola: EN=235,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=26,69g CK=0,25g SO=1,39g Tzs=3,06g		Iskola: EN=785,88kcal FH=29,57g ZS=31,61g SZH=91,97g CK=7,48g SO=2,40g Tzs=3,70g		Iskola: EN=291,00kcal FH=11,10g ZS=9,65g SZH=38,10g CK=0,10g SO=0,98g Tzs=0,90g	
K.I.skola: EN=304,78kcal FH=11,08g ZS=11,56g SZH=37,24g CK=0,31g SO=1,89g Tzs=3,68g		K.I.skola: EN=921,91kcal FH=34,47g ZS=35,05g SZH=112,55g CK=9,64g SO=2,41g Tzs=3,78g		K.I.skola: EN=343,20kcal FH=12,70g ZS=8,84g SZH=48,80g CK=0,14g SO=0,98g Tzs=0,98g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyér-Értéki 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; Tzs=Telített zsír;

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtos tészta (diabetikus) (2)*; Alma;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2022.07.04.					
Övoda: EN=255,90kcal FH=9,76g ZS=9,42g SZH=31,40g CK=0,08g SO=0,56g TZS=0,88g		Övoda: EN=511,33kcal FH=14,95g ZS=19,90g SZH=66,27g CK=0,22g SO=1,67g TZS=6,88g		Övoda: EN=187,50kcal FH=7,86g ZS=5,25g SZH=21,31g CK=0,08g SO=1,14g TZS=0,86g	
Iskola: EN=281,00kcal FH=10,50g ZS=9,50g SZH=36,60g CK=0,10g SO=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=679,78kcal FH=19,73g ZS=27,42g SZH=86,21g CK=0,29g SO=2,88g TZS=9,41g		Iskola: EN=227,00kcal FH=13,40g ZS=6,75g SZH=26,85g CK=0,10g SO=1,86g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=331,20kcal FH=11,98g ZS=9,68g SZH=47,00g CK=0,14g SO=0,98g TZS=0,98g		Kiskola: EN=775,60kcal FH=22,50g ZS=29,16g SZH=103,39g CK=0,32g SO=3,16g TZS=10,11g		Kiskola: EN=294,40kcal FH=17,28g ZS=7,62g SZH=37,42g CK=0,14g SO=2,43g TZS=0,98g	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
KEDD 2022.07.05.					
Övoda: EN=226,82kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=21,01g CK=0,13g SO=1,04g TZS=5,36g		Övoda: EN=495,82kcal FH=21,96g ZS=23,94g SZH=44,37g CK=0,70g SO=1,69g TZS=1,60g		Övoda: EN=135,50kcal FH=3,25g ZS=3,85g SZH=21,31g CK=0,08g SO=0,56g TZS=0,86g	
Iskola: EN=283,68kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=26,29g CK=0,17g SO=1,34g TZS=6,90g		Iskola: EN=632,94kcal FH=27,71g ZS=31,53g SZH=84,83g CK=1,128g SO=2,69g TZS=2,05g		Iskola: EN=163,00kcal FH=4,20g ZS=3,95g SZH=26,85g CK=0,10g SO=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=365,28kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=54,82g CK=0,21g SO=1,78g TZS=8,48g		Kiskola: EN=777,28kcal FH=34,52g ZS=36,91g SZH=70,61g CK=0,1544g SO=3,12g TZS=2,52g		Kiskola: EN=214,40kcal FH=5,78g ZS=4,12g SZH=27,42g CK=0,14g SO=0,98g TZS=0,88g	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;		Tejfőös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
SZERDA 2022.07.06.					
Övoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,96g TZS=1,81g		Övoda: EN=427,63kcal FH=22,60g ZS=12,27g SZH=51,88g CK=0,34g SO=1,04g TZS=0,60g		Övoda: EN=130,90kcal FH=5,59g ZS=1,76g SZH=22,33g CK=0,08g SO=0,66g TZS=0,16g	
Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SO=1,09g TZS=1,85g		Iskola: EN=631,03kcal FH=28,92g ZS=15,48g SZH=63,12g CK=0,22g SO=1,69g TZS=0,72g		Iskola: EN=185,80kcal FH=8,31g ZS=3,60g SZH=28,85g CK=0,10g SO=0,80g TZS=0,20g	
Kiskola: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SO=1,76g TZS=3,58g		Kiskola: EN=631,64kcal FH=33,75g ZS=18,77g SZH=72,98g CK=0,714g SO=2,42g TZS=0,94g		Kiskola: EN=250,90kcal FH=10,76g ZS=4,64g SZH=39,90g CK=0,14g SO=1,16g TZS=0,28g	
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)*; Pirított kukoricadara;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2022.07.07.					
Övoda: EN=172,62kcal FH=4,96g ZS=7,22g SZH=21,26g CK=0,25g SO=0,96g TZS=2,06g		Övoda: EN=468,61kcal FH=21,70g ZS=17,43g SZH=52,44g CK=13,08g SO=1,12g TZS=1,22g		Övoda: EN=224,90kcal FH=8,06g ZS=9,22g SZH=26,80g CK=6,08g SO=0,71g TZS=4,46g	
Iskola: EN=238,48kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=26,89g CK=0,41g SO=1,50g TZS=3,30g		Iskola: EN=638,45kcal FH=26,88g ZS=23,52g SZH=68,99g CK=15,40g SO=2,41g TZS=1,73g		Iskola: EN=250,00kcal FH=8,80g ZS=9,30g SZH=32,00g CK=6,10g SO=0,88g TZS=4,50g	
Kiskola: EN=306,78kcal FH=10,18g ZS=12,56g SZH=37,48g CK=0,51g SO=1,98g TZS=3,98g		Kiskola: EN=767,28kcal FH=31,49g ZS=29,45g SZH=81,36g CK=17,80g SO=3,31g TZS=2,23g		Kiskola: EN=300,20kcal FH=10,29g ZS=9,46g SZH=42,40g CK=6,14g SO=1,13g TZS=4,58g	
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
PÉNTEK 2022.07.08.					
Övoda: EN=221,30kcal FH=7,76g ZS=9,07g SZH=26,50g CK=5,76g SO=0,71g TZS=4,31g		Övoda: EN=442,13kcal FH=25,13g ZS=18,35g SZH=54,10g CK=1,53g SO=1,31g TZS=1,27g		Övoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SO=1,06g TZS=0,99g	
Iskola: EN=247,00kcal FH=8,50g ZS=9,15g SZH=31,70g CK=5,80g SO=0,85g TZS=4,35g		Iskola: EN=567,63kcal FH=32,23g ZS=22,06g SZH=75,11g CK=1,91g SO=2,60g TZS=1,48g		Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=27,35g CK=0,10g SO=1,70g TZS=1,17g	
Kiskola: EN=297,20kcal FH=9,98g ZS=9,31g SZH=42,10g CK=5,84g SO=1,13g TZS=4,43g		Kiskola: EN=651,74kcal FH=36,46g ZS=24,90g SZH=88,45g CK=2,24g SO=3,69g TZS=1,70g		Kiskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,08g CK=0,14g SO=2,23g TZS=1,31g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabetesz

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rakfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
SULI-HOST Kft. dietetikussádtól kért az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Poharas tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csirkereguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2022.07.11.					
Övoda: EN=324,60kcal FH=12,37g ZS=15,04g SZH=3,17g CK=0,14g SO=0,96g Tzs=1,39g		Övoda: EN=487,36kcal FH=15,99g ZS=12,53g SZH=74,69g CK=4,21g SO=1,81g Tzs=0,92g		Övoda: EN=206,30kcal FH=5,97g ZS=10,51g SZH=21,46g CK=0,11g SO=1,03g Tzs=3,64g	
Iskola: EN=349,70kcal FH=13,11g ZS=15,12g SZH=38,37g CK=0,16g SO=1,09g Tzs=1,43g		Iskola: EN=647,80kcal FH=19,98g ZS=17,31g SZH=99,27g CK=1,69g SO=2,22g Tzs=1,34g		Iskola: EN=281,00kcal FH=6,72g ZS=15,04g SZH=27,10g CK=0,15g SO=1,49g Tzs=5,53g	
Kiskola: EN=500,10kcal FH=17,20g ZS=24,40g SZH=50,54g CK=0,26g SO=1,76g Tzs=2,74g		Kiskola: EN=823,43kcal FH=24,29g ZS=23,03g SZH=124,86g CK=2,37g SO=2,23g Tzs=1,85g		Kiskola: EN=332,40kcal FH=10,30g ZS=15,21g SZH=37,67g CK=0,19g SO=1,77g Tzs=5,61g	
Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
KEDD 2022.07.12.					
Övoda: EN=135,27kcal FH=6,25g ZS=11,78g SZH=22,60g CK=0,17g SO=0,86g Tzs=0,16g		Övoda: EN=385,51kcal FH=16,10g ZS=21,21g SZH=30,59g CK=4,40g SO=0,47g Tzs=0,71g		Övoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,95g Tzs=1,81g	
Iskola: EN=185,51kcal FH=9,41g ZS=2,91g SZH=29,06g CK=0,28g SO=0,80g Tzs=0,20g		Iskola: EN=511,20kcal FH=21,16g ZS=28,56g SZH=39,72g CK=5,46g SO=1,69g Tzs=0,98g		Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SO=1,09g Tzs=1,85g	
Kiskola: EN=245,47kcal FH=11,77g ZS=3,48g SZH=40,06g CK=0,34g SO=1,18g Tzs=0,28g		Kiskola: EN=604,70kcal FH=24,19g ZS=33,46g SZH=48,46g CK=6,46g SO=2,89g Tzs=1,25g		Kiskola: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SO=1,76g Tzs=3,58g	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldsegleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepaprikás; Pírtott tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
SZERDA 2022.07.13.					
Övoda: EN=149,50kcal FH=6,86g ZS=4,37g SZH=21,08g CK=0,12g SO=1,01g Tzs=1,08g		Övoda: EN=482,50kcal FH=21,85g ZS=17,29g SZH=57,87g CK=2,41g SO=2,24g Tzs=1,29g		Övoda: EN=224,90kcal FH=8,06g ZS=6,22g SZH=26,80g CK=6,08g SO=0,71g Tzs=4,46g	
Iskola: EN=182,20kcal FH=9,50g ZS=3,09g SZH=26,56g CK=0,18g SO=1,59g Tzs=1,34g		Iskola: EN=637,21kcal FH=27,70g ZS=23,47g SZH=76,24g CK=3,04g SO=3,45g Tzs=1,89g		Iskola: EN=250,00kcal FH=8,80g ZS=9,30g SZH=32,00g CK=6,10g SO=1,35g Tzs=4,50g	
Kiskola: EN=251,20kcal FH=12,43g ZS=5,43g SZH=37,10g CK=0,24g SO=2,10g Tzs=1,54g		Kiskola: EN=765,06kcal FH=31,38g ZS=27,74g SZH=94,43g CK=9,66g SO=3,76g Tzs=2,16g		Kiskola: EN=300,20kcal FH=10,28g ZS=9,40g SZH=42,40g CK=6,14g SO=1,13g Tzs=4,58g	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2022.07.14.					
Övoda: EN=226,82kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=21,01g CK=0,13g SO=1,04g Tzs=5,38g		Övoda: EN=327,76kcal FH=15,22g ZS=10,73g SZH=52,76g CK=7,31g SO=2,14g Tzs=1,04g		Övoda: EN=170,50kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SO=0,89g Tzs=1,94g	
Iskola: EN=283,68kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=28,29g CK=0,17g SO=1,34g Tzs=6,80g		Iskola: EN=441,63kcal FH=20,17g ZS=13,90g SZH=74,39g CK=1,08g SO=2,76g Tzs=1,30g		Iskola: EN=234,20kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=28,60g CK=0,18g SO=1,35g Tzs=3,06g	
Kiskola: EN=365,28kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=36,77g CK=0,21g SO=1,78g Tzs=8,48g		Kiskola: EN=524,28kcal FH=24,48g ZS=16,13g SZH=88,13g CK=12,08g SO=3,37g Tzs=1,58g		Kiskola: EN=303,70kcal FH=11,69g ZS=11,56g SZH=37,15g CK=0,24g SO=1,80g Tzs=3,68g	
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Brokkoli krémleves 'tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Tört burgonya;		Dzssem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
PÉNTEK 2022.07.15.					
Övoda: EN=221,90kcal FH=7,76g ZS=9,07g SZH=26,50g CK=5,78g SO=0,71g Tzs=4,31g		Övoda: EN=517,88kcal FH=26,16g ZS=15,77g SZH=62,10g CK=6,17g SO=2,12g Tzs=1,28g		Övoda: EN=243,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=47,80g CK=0,08g SO=0,56g Tzs=0,98g	
Iskola: EN=247,00kcal FH=8,50g ZS=9,15g SZH=31,70g CK=5,84g SO=0,85g Tzs=4,35g		Iskola: EN=683,98kcal FH=33,00g ZS=20,86g SZH=78,82g CK=7,89g SO=3,66g Tzs=1,77g		Iskola: EN=269,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=53,00g CK=0,10g SO=0,71g Tzs=0,90g	
Kiskola: EN=297,20kcal FH=9,98g ZS=9,31g SZH=42,10g CK=5,84g SO=1,13g Tzs=4,43g		Kiskola: EN=774,68kcal FH=37,65g ZS=23,57g SZH=94,35g CK=9,43g SO=4,20g Tzs=2,05g		Kiskola: EN=431,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=90,40g CK=0,14g SO=0,98g Tzs=0,98g	

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: +36-62-542-016

E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap név: 1300A1 Diabetes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂; Tzs=Telített zsír.

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

Sull-Host Étkészítési Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-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
Alma mártás tejmentes 'cukormentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	104,99kcal	1,09g	2,05g	19,31g	12,10g	0,10g	0,20g
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	0,10g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,30kcal	17,65g	9,13g	13,59g	4,42g	0,57g	0,64g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,20g	0,20g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örlt 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', Örlt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	1,49g	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
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,10g	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 'serteshusmentes, cukorment. Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sültített paradicsom, Vöröshagyma	300,78kcal	10,72g	5,37g	51,54g	3,53g	1,18g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,20g	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	0,57g	0,04g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	0,13g	0,50g	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	0,53g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,86kcal	16,89g	7,89g	1,31g	0,34g	0,20g	0,41g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsá 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
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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-,tejmmentes 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
Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,36kcal	4,36g	7,90g	60,19g	0,42g	0,99g	0,71g
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 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,10g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	271,11kcal	21,15g	8,80g	31,46g	0,09g	0,99g	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	0,59g	0,13g
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: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kelkáposztafőzelék tej, lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,50g	0,50g
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
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
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	0,99g	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	0,50g	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
Meggyleves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,48kcal	1,19g	0,15g	14,65g	10,35g	0,10g	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	0,50g	0,30g
Milánói makaróni 'Cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	433,54kcal	14,84g	18,51g	50,00g	2,98g	0,53g	0,33g
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
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
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,50g	0,20g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 'Cukormentes' Összetétel: Betűi tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	57,95kcal	1,84g	0,34g	11,73g	2,48g	0,13g	0,03g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,56kcal	3,87g	2,36g	16,61g	2,97g	0,14g	0,24g
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	0,74g	0,80g
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 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 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
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,20g	0,60g
Pírtott tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,53kcal	2,43g	6,72g	46,48g	0,13g	0,99g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	335,58kcal	20,33g	11,93g	32,45g	2,85g	0,90g	0,57g
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	0,15g	0,70g
Rántott csirkecomb Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	1,02g	2,27g
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
Sajtos tészta (diabetikus) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	329,20kcal	9,14g	11,47g	46,61g	0,00g	0,50g	4,15g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,99g	0,41g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,99g	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
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,99g	0,41g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,30g	0,20g
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 (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,38kcal	0,91g	0,72g	9,72g	5,22g	0,11g	0,00g
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	0,53g	0,22g
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 (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
Tejberizs (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8%'	203,60kcal	8,55g	5,72g	40,76g	9,20g	0,30g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigó uborka; Só 'jódozott'	8,49kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,50g	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	0,71g	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 (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	0,50g	0,21g
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
Zöldbabfőzelék (tejfölös, cukormentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,27kcal	4,39g	5,15g	15,25g	3,28g	0,21g	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	0,54g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	206,91kcal	9,57g	5,46g	28,11g	8,34g	0,56g	1,17g
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
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,96kcal	7,70g	7,54g	28,73g	2,01g	1,51g	0,62g
Zöldségleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,56g	0,27g