

Tízórai				Ebéd A				Uzsonna			
Tea csipkebogyó; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;				Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárazbabfőzelék liszt-,tejmentes; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;				Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;			
HÉTFŐ 2022.06.27.				Övoda: EN=523,00kcal Iskola: EN=658,87kcal K.Iskola: EN=928,62kcal FH=22,06g ZS=17,41g FH=27,52g ZS=20,53g FH=38,34g ZS=36,24g SZH=68,69g CK=3,99g SZH=111,30g CK=4,94g SZH=2,92g Tzs=5,57g SZH=3,78g Tzs=5,92g SZH=5,89g Tzs=11,29g SO=2,82g Tzs=1,48g SO=3,46g Tzs=2,29g SO=3,46g Tzs=2,29g				Övoda: EN=206,60kcal Iskola: EN=235,70kcal K.Iskola: EN=388,10kcal FH=5,93g ZS=9,33g FH=6,91g ZS=9,67g FH=11,12g ZS=18,98g SZH=23,47g CK=0,14g SZH=29,27g CK=0,16g SZH=41,74g CK=0,26g SZH=0,95g Tzs=1,38g SZH=1,09g Tzs=1,43g SZH=1,76g Tzs=2,74g SO=1,09g Tzs=0,55g SO=1,45g CK=1,70g SO=0,35g Tzs=1,05g SO=0,35g Tzs=1,05g			
KEDD 2022.06.28.				Övoda: EN=462,51kcal Iskola: EN=536,67kcal K.Iskola: EN=712,51kcal FH=24,58g ZS=20,31g FH=31,09g ZS=25,15g FH=35,48g ZS=30,32g SZH=55,30g CK=1,50g SZH=6,86g CK=2,09g SZH=2,38g Tzs=1,83g SZH=3,46g Tzs=2,29g SZH=4,54g CK=1,70g SZH=4,54g CK=1,70g SZH=0,35g Tzs=1,05g SZH=0,35g Tzs=1,05g				Övoda: EN=253,00kcal Iskola: EN=253,00kcal K.Iskola: EN=315,50kcal FH=6,35g ZS=5,55g FH=3,85g ZS=5,55g FH=4,54g CK=1,70g SZH=45,45g CK=0,14g SZH=45,45g CK=0,14g SZH=60,45g CK=0,95g SZH=0,95g Tzs=1,38g SZH=1,09g Tzs=1,43g SZH=1,76g Tzs=2,74g SO=1,09g Tzs=0,55g SO=1,45g CK=1,70g SO=0,35g Tzs=1,05g SO=0,35g Tzs=1,05g			
SZERDA 2022.06.29.				Övoda: EN=559,79kcal Iskola: EN=718,02kcal K.Iskola: EN=897,57kcal FH=27,69g ZS=13,72g FH=34,57g ZS=18,33g FH=41,76g ZS=22,95g SZH=72,00g CK=15,63g SZH=92,11g CK=18,99g SZH=116,97g CK=22,33g SZH=2,28g Tzs=1,24g SZH=3,63g Tzs=1,76g SZH=4,53g Tzs=2,31g				Övoda: EN=179,60kcal Iskola: EN=204,70kcal K.Iskola: EN=334,10kcal FH=6,35g ZS=6,89g FH=7,09g ZS=6,97g FH=11,96g ZS=13,70g SZH=22,27g CK=0,08g SZH=27,47g CK=0,10g SZH=39,34g CK=0,14g SZH=0,95g Tzs=1,81g SZH=1,09g Tzs=1,85g SZH=1,76g Tzs=3,59g SO=1,09g Tzs=1,85g SO=1,76g Tzs=3,59g			
CSÜTÖRTÖK 2022.06.30.				Övoda: EN=540,36kcal Iskola: EN=693,44kcal K.Iskola: EN=854,70kcal FH=18,70g ZS=10,95g FH=23,41g ZS=15,54g FH=28,86g ZS=17,44g SZH=86,38g CK=18,53g SZH=108,24g CK=23,71g SZH=127,28g CK=30,82g SZH=3,59g Tzs=1,17g SZH=4,89g Tzs=1,66g SZH=6,32g Tzs=1,89g				Övoda: EN=172,10kcal Iskola: EN=237,40kcal K.Iskola: EN=307,70kcal FH=4,98g ZS=7,22g FH=7,70g ZS=10,70g FH=10,18g ZS=12,56g SZH=21,20g CK=0,20g SZH=26,80g CK=0,34g SZH=37,40g CK=0,44g SZH=0,95g Tzs=2,06g SZH=1,50g Tzs=3,30g SZH=1,98g Tzs=3,98g SO=1,50g Tzs=3,30g SO=1,98g Tzs=3,98g			
PÉNTEK 2022.07.01.				Övoda: EN=566,98kcal Iskola: EN=755,34kcal K.Iskola: EN=899,45kcal FH=18,47g ZS=19,82g FH=24,38g ZS=27,07g FH=29,29g ZS=30,45g SZH=75,81g CK=11,96g SZH=99,92g CK=15,48g SZH=122,50g CK=19,64g SZH=1,07g Tzs=0,48g SZH=1,88g Tzs=0,70g SZH=2,08g Tzs=0,78g				Övoda: EN=180,50kcal Iskola: EN=184,50kcal K.Iskola: EN=186,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g FH=4,95g ZS=4,05g FH=5,07g ZS=4,08g SZH=30,40g CK=0,15g SZH=31,00g CK=0,15g SZH=31,30g CK=0,15g SZH=0,70g Tzs=0,90g SZH=0,70g Tzs=0,90g SZH=0,70g Tzs=0,90g SO=0,70g Tzs=0,90g SO=0,70g Tzs=0,90g			
Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;				Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Alma;				Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;			
Rizstej; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;				Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal (9)*; Tört burgonya; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;				Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			
Rizstej; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;				Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék liszt-,tejmentes; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;				Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			
Rizstej; Ház pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;				Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek inycnc (5)*; Párolt rizs;				Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULLI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: email@suli-host.hu

0200A1 Tej, Tejtermékek

Étlap név:

Suli-Host

Étkeztetési

Rendszer 3.0

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; Kft. (www.suli-host.hu) honlapon megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesfűszek; 16=Puhatestűk SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rizstej: Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetél; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2022.07.04.					
Övoda: EN=370,50kcal FH=5,85g ZS=7,55g SZH=76,93g CK=20,87g SO=0,55g Tzs=1,05g		Övoda: EN=647,98kcal FH=10,28g ZS=16,69g SZH=111,90g CK=32,22g SO=2,67g Tzs=3,40g		Övoda: EN=201,20kcal FH=5,63g ZS=9,47g SZH=22,69g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g	
Iskola: EN=400,50kcal FH=6,38g ZS=8,05g SZH=76,93g CK=20,87g SO=0,60g Tzs=1,05g		Iskola: EN=856,53kcal FH=14,70g ZS=23,01g SZH=144,72g CK=38,28g SO=4,11g Tzs=5,22g		Iskola: EN=226,30kcal FH=6,37g ZS=9,55g SZH=27,89g CK=0,16g SO=1,09g Tzs=1,43g	
K. Iskola: EN=430,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=82,93g CK=20,87g SO=0,65g Tzs=1,05g		K. Iskola: EN=989,94kcal FH=16,80g ZS=26,00g SZH=168,66g CK=38,32g SO=4,61g Tzs=5,47g		K. Iskola: EN=377,30kcal FH=10,52g ZS=18,88g SZH=40,19g CK=0,26g SO=1,76g Tzs=2,74g	
KEDD 2022.07.05.		Tarhonyaleves 'tej, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
Övoda: EN=250,50kcal FH=5,17g ZS=6,67g SZH=41,73g CK=20,13g SO=1,00g Tzs=1,38g		Övoda: EN=618,20kcal FH=23,56g ZS=24,49g SZH=71,15g CK=15,35g SO=2,10g Tzs=1,23g		Övoda: EN=180,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=30,40g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
Iskola: EN=310,00kcal FH=7,82g ZS=9,53g SZH=47,36g CK=20,19g SO=1,58g Tzs=3,01g		Iskola: EN=808,25kcal FH=30,41g ZS=32,85g SZH=91,60g CK=21,08g SO=3,74g Tzs=1,64g		Iskola: EN=184,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=31,00g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
K. Iskola: EN=377,40kcal FH=10,29g ZS=11,08g SZH=57,98g CK=20,25g SO=2,08g Tzs=3,61g		K. Iskola: EN=990,24kcal FH=36,18g ZS=37,97g SZH=118,46g CK=28,88g SO=4,33g Tzs=2,00g		K. Iskola: EN=186,50kcal FH=5,07g ZS=4,08g SZH=31,30g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
SZERDA 2022.07.06.		Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;		Csikemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
Övoda: EN=223,18kcal FH=5,67g ZS=10,48g SZH=25,56g CK=5,14g SO=1,03g Tzs=3,64g		Övoda: EN=491,92kcal FH=22,57g ZS=15,02g SZH=61,83g CK=15,34g SO=1,04g Tzs=0,90g		Övoda: EN=183,20kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=22,78g CK=0,08g SO=0,95g Tzs=1,31g	
Iskola: EN=303,72kcal FH=8,22g ZS=14,99g SZH=33,31g CK=7,20g SO=1,49g Tzs=5,53g		Iskola: EN=631,60kcal FH=28,87g ZS=20,06g SZH=76,05g CK=21,23g SO=1,69g Tzs=1,21g		Iskola: EN=210,70kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=28,33g CK=0,10g SO=1,09g Tzs=1,85g	
K. Iskola: EN=362,04kcal FH=9,71g ZS=15,15g SZH=45,72g CK=9,28g SO=1,77g Tzs=6,61g		K. Iskola: EN=760,50kcal FH=35,69g ZS=25,18g SZH=90,86g CK=26,74g SO=2,42g Tzs=1,54g		K. Iskola: EN=341,30kcal FH=12,56g ZS=13,76g SZH=40,36g CK=0,14g SO=1,76g Tzs=3,58g	
CSÜTÖRTÖK 2022.07.07.		Rostos almale; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás 'tejmentes'; Pírtott kukoricadara;	
Övoda: EN=256,30kcal FH=5,26g ZS=7,30g SZH=41,70g CK=20,20g SO=0,96g Tzs=2,09g		Övoda: EN=508,61kcal FH=21,70g ZS=17,43g SZH=57,44g CK=18,08g SO=1,12g Tzs=1,22g		Övoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=37,20g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
Iskola: EN=321,60kcal FH=6,00g ZS=10,78g SZH=47,30g CK=20,34g SO=1,50g Tzs=3,33g		Iskola: EN=678,45kcal FH=26,88g ZS=23,52g SZH=76,99g CK=25,40g SO=2,41g Tzs=1,73g		Iskola: EN=221,00kcal FH=4,39g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
K. Iskola: EN=381,90kcal FH=10,48g ZS=12,84g SZH=57,90g CK=20,44g SO=1,89g Tzs=4,01g		K. Iskola: EN=827,28kcal FH=31,49g ZS=29,45g SZH=96,30g CK=32,80g SO=3,31g Tzs=2,23g		K. Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
PÉNTEK 2022.07.08.		Tea csipkebogyó; Házi pulykahúskrém; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=272,38kcal FH=8,29g ZS=6,08g SZH=32,47g CK=5,18g SO=1,23g Tzs=1,00g		Övoda: EN=457,74kcal FH=26,03g ZS=18,34g SZH=57,93g CK=5,53g 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=314,58kcal FH=10,41g ZS=8,84g SZH=34,53g CK=7,20g SO=1,47g Tzs=1,20g		Iskola: EN=588,62kcal FH=32,23g ZS=22,06g SZH=80,41g CK=6,91g SO=2,88g 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	
K. Iskola: EN=348,51kcal FH=12,12g ZS=10,80g SZH=36,58g CK=9,22g SO=1,74g Tzs=1,42g		K. Iskola: EN=676,73kcal FH=36,46g ZS=24,90g SZH=94,45g CK=8,24g SO=3,94g Tzs=1,70g		K. Iskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,09g 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:
0200A1 Tej, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számitott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;
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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszert; 16=Puhatestiek

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

Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rizstej; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csikereaguleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2022.07.11.					
Övoda: EN=320,80kcal FH=7,57g ZS=11,44g SZH=46,57g CK=0,14g SO=1,15g Tzs=1,38g		Övoda: EN=560,34kcal FH=17,29g ZS=16,12g SZH=80,25g CK=18,28g SO=0,92g Tzs=0,31g		Övoda: EN=206,30kcal FH=5,97g ZS=10,51g SZH=21,46g CK=0,11g SO=1,03g Tzs=3,64g	
Iskola: EN=375,70kcal FH=8,51g ZS=12,02g SZH=57,77g CK=0,16g SO=1,34g Tzs=1,43g		Iskola: EN=751,53kcal FH=21,66g ZS=23,20g SZH=106,49g CK=23,66g SO=1,33g Tzs=0,82g		Iskola: EN=281,00kcal FH=8,72g ZS=15,04g SZH=27,10g CK=0,15g SO=1,49g Tzs=5,53g	
Kiskola: EN=556,10kcal FH=13,40g ZS=21,80g SZH=75,94g CK=0,28g SO=2,06g Tzs=2,44g		Kiskola: EN=906,49kcal FH=26,33g ZS=31,29g SZH=127,32g CK=26,78g SO=1,54g Tzs=1,22g		Kiskola: EN=332,40kcal FH=10,30g ZS=15,21g SZH=37,67g CK=0,19g SO=1,77g Tzs=5,61g	
Rostos almale; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Csontleves; Vagdat sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Csikemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	
KEDD 2022.07.12.					
Övoda: EN=262,30kcal FH=5,62g ZS=7,39g SZH=42,60g CK=0,20g SO=0,96g Tzs=2,09g		Övoda: EN=517,91kcal FH=19,08g ZS=21,53g SZH=59,39g CK=12,48g SO=1,03g Tzs=0,87g		Övoda: EN=179,60kcal FH=4,36g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,95g Tzs=1,81g	
Iskola: EN=331,60kcal FH=8,60g ZS=10,93g SZH=48,80g CK=0,34g SO=1,50g Tzs=3,33g		Iskola: EN=676,70kcal FH=24,86g ZS=28,98g SZH=76,72g CK=15,66g SO=2,38g Tzs=1,16g		Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SO=1,09g Tzs=1,85g	
Kiskola: EN=403,90kcal FH=11,20g ZS=12,02g SZH=59,70g CK=0,20g SO=1,98g Tzs=4,01g		Kiskola: EN=828,40kcal FH=29,37g ZS=34,02g SZH=96,86g CK=18,60g SO=3,87g Tzs=1,33g		Kiskola: EN=334,10kcal FH=11,98g ZS=13,70g SZH=39,24g CK=0,14g SO=1,76g Tzs=3,58g	
SZERDA 2022.07.13.		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;	
Övoda: EN=169,98kcal FH=5,66g ZS=4,37g SZH=26,12g CK=5,15g SO=1,01g Tzs=1,09g		Övoda: EN=468,80kcal FH=22,20g ZS=14,43g SZH=69,82g CK=8,45g SO=2,04g Tzs=0,99g		Övoda: EN=178,10kcal FH=4,65g ZS=3,93g SZH=20,01g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
Iskola: EN=220,92kcal FH=9,50g ZS=5,00g SZH=33,62g CK=7,23g SO=1,59g Tzs=1,34g		Iskola: EN=579,91kcal FH=28,06g ZS=17,70g SZH=73,67g CK=8,12g SO=3,30g Tzs=1,20g		Iskola: EN=180,50kcal FH=4,85g ZS=3,95g SZH=20,35g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
Kiskola: EN=286,04kcal FH=12,43g ZS=5,43g SZH=46,17g CK=9,30g SO=2,10g Tzs=1,54g		Kiskola: EN=712,00kcal FH=31,94g ZS=21,07g SZH=94,58g CK=9,71g SO=3,81g Tzs=1,46g		Kiskola: EN=181,70kcal FH=4,95g ZS=3,96g SZH=20,52g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	
CSÜTÖRTÖK 2022.07.14.		Tea citromos; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=171,78kcal FH=7,21g ZS=3,94g SZH=25,99g CK=5,18g SO=1,14g Tzs=0,78g		Övoda: EN=503,32kcal FH=18,45g ZS=10,45g SZH=63,07g CK=19,39g SO=2,70g Tzs=1,20g		Övoda: EN=170,50kcal FH=5,58g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SO=0,89g Tzs=1,94g	
Iskola: EN=221,60kcal FH=10,06g ZS=4,83g SZH=33,26g CK=7,22g SO=1,52g Tzs=0,80g		Iskola: EN=655,24kcal FH=24,27g ZS=13,59g SZH=75,67g CK=25,19g SO=3,46g Tzs=1,56g		Iskola: EN=234,20kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=26,60g CK=0,18g SO=1,36g Tzs=3,08g	
Kiskola: EN=312,40kcal FH=15,74g ZS=6,61g SZH=46,74g CK=9,26g SO=2,05g Tzs=0,88g		Kiskola: EN=816,62kcal FH=30,02g ZS=15,86g SZH=154,76g CK=33,07g SO=4,35g Tzs=1,86g		Kiskola: EN=303,70kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=37,15g CK=0,24g SO=1,80g Tzs=3,88g	
PÉNTEK 2022.07.15.		Rostos almale; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;	
Övoda: EN=254,10kcal FH=8,22g ZS=5,39g SZH=42,20g CK=20,08g SO=1,14g Tzs=0,88g		Övoda: EN=517,88kcal FH=26,16g ZS=15,77g SZH=62,10g CK=6,17g SO=2,12g Tzs=1,28g		Övoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g Tzs=1,05g	
Iskola: EN=315,20kcal FH=13,80g ZS=5,93g SZH=48,00g CK=20,10g SO=1,18g Tzs=0,93g		Iskola: EN=663,96kcal FH=33,00g ZS=20,86g SZH=82,82g CK=7,86g SO=3,66g Tzs=1,77g		Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g Tzs=1,05g	
Kiskola: EN=383,40kcal FH=17,70g ZS=7,82g SZH=58,70g CK=20,14g SO=2,43g Tzs=1,01g		Kiskola: EN=774,68kcal FH=37,63g ZS=23,57g SZH=94,35g CK=9,43g SO=4,20g Tzs=2,05g		Kiskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g Tzs=1,05g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só;
 Tzs=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezammag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Fűhateszték
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea citromos; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejmentes'; Alma;		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	
HÉTFŐ 2022.07.18.		Óvoda: EN=221,32kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,63g CK=5,18g SO=0,95g Tzs=1,39g Iskola: EN=254,78kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,86g CK=7,23g SO=1,09g Tzs=1,43g K. Iskola: EN=413,18kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,03g CK=9,33g SO=1,76g Tzs=2,74g		Óvoda: EN=608,36kcal FH=23,43g ZS=9,80g SZH=116,91g CK=18,55g SO=0,83g Tzs=0,22g Iskola: EN=759,35kcal FH=28,26g ZS=12,01g SZH=146,76g CK=26,33g SO=1,28g Tzs=0,33g K. Iskola: EN=945,36kcal FH=35,28g ZS=14,53g SZH=182,64g CK=37,59g SO=1,43g Tzs=0,43g	
KEDD 2022.07.19.		Óvoda: EN=256,30kcal FH=5,26g ZS=7,30g SZH=41,70g CK=20,20g SO=0,96g Tzs=2,09g Iskola: EN=321,60kcal FH=6,00g ZS=10,78g SZH=47,30g CK=20,34g SO=1,50g Tzs=3,33g K. Iskola: EN=391,90kcal FH=10,48g ZS=12,64g SZH=57,90g CK=20,44g SO=1,88g Tzs=4,01g		Óvoda: EN=573,55kcal FH=24,40g ZS=14,80g SZH=66,72g CK=26,37g SO=1,82g Tzs=0,83g Iskola: EN=635,59kcal FH=28,33g ZS=18,49g SZH=81,84g CK=31,99g SO=2,62g Tzs=1,04g K. Iskola: EN=746,28kcal FH=34,37g ZS=23,16g SZH=94,42g CK=36,53g SO=3,07g Tzs=1,44g	
SZERDA 2022.07.20.		Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,85g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SO=0,55g Tzs=1,05g Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SO=0,60g Tzs=1,05g K. Iskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SO=0,65g Tzs=1,05g		Óvoda: EN=595,90kcal FH=22,46g ZS=22,25g SZH=73,58g CK=21,81g SO=1,73g Tzs=1,44g Iskola: EN=780,11kcal FH=28,33g ZS=29,29g SZH=97,14g CK=21,77g SO=3,02g Tzs=1,94g K. Iskola: EN=926,35kcal FH=31,92g ZS=34,47g SZH=117,87g CK=21,19g SO=3,53g Tzs=2,35g	
CSÜTÖRTÖK 2022.07.21.		Óvoda: EN=194,10kcal FH=7,55g ZS=6,03g SZH=26,50g CK=5,18g SO=1,14g Tzs=0,96g Iskola: EN=263,94kcal FH=10,61g ZS=8,89g SZH=34,11g CK=7,22g SO=1,52g Tzs=1,20g K. Iskola: EN=349,15kcal FH=13,90g ZS=11,12g SZH=46,72g CK=9,27g SO=2,07g Tzs=1,50g		Óvoda: EN=527,70kcal FH=23,32g ZS=16,57g SZH=65,38g CK=21,81g SO=1,48g Tzs=1,02g Iskola: EN=653,74kcal FH=29,10g ZS=19,32g SZH=83,45g CK=29,47g SO=2,28g Tzs=1,12g K. Iskola: EN=758,41kcal FH=32,74g ZS=21,25g SZH=100,36g CK=36,04g SO=2,99g Tzs=1,23g	
PÉNTEK 2022.07.22.		Óvoda: EN=216,18kcal FH=7,55g ZS=4,48g SZH=36,33g CK=5,22g SO=1,15g Tzs=1,12g Iskola: EN=244,42kcal FH=10,65g ZS=5,05g SZH=37,97g CK=7,28g SO=1,59g Tzs=1,34g K. Iskola: EN=262,54kcal FH=12,20g ZS=5,33g SZH=40,29g CK=9,31g SO=1,81g Tzs=1,40g		Óvoda: EN=645,62kcal FH=25,47g ZS=18,50g SZH=89,79g CK=4,14g SO=3,27g Tzs=1,58g Iskola: EN=825,69kcal FH=32,83g ZS=24,63g SZH=112,26g CK=5,33g SO=5,01g Tzs=2,13g K. Iskola: EN=1.005,80kcal FH=38,67g ZS=30,28g SZH=137,28g CK=6,11g SO=6,90g Tzs=2,72g	
SZERDA 2022.07.20.		Óvoda: EN=183,20kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=22,72g CK=0,08g SO=0,96g Tzs=1,81g Iskola: EN=210,70kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=28,32g CK=0,10g SO=1,09g Tzs=1,89g K. Iskola: EN=341,30kcal FH=12,56g ZS=13,76g SZH=40,36g CK=0,14g SO=1,76g Tzs=3,58g		Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g Tzs=1,05g Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g Tzs=1,05g K. Iskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SO=0,35g Tzs=1,05g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
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=Szennymag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesfűszér; 16=Fűhateszték
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi OVI (www.ov.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikussájtól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2022.07.25.					
Óvoda: EN=155,98kcal FH=3,28g ZS=3,85g SZH=26,35g CK=5,11g SÓ=0,56g Tzs=0,86g		Iskola: EN=191,72kcal FH=4,20g ZS=3,95g SZH=33,91g CK=7,15g SÓ=0,70g Tzs=0,90g		K. Iskola: EN=251,24kcal FH=5,78g ZS=4,12g SZH=46,49g CK=9,20g SÓ=0,98g Tzs=1,09g	
Rizstej; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Csonteleves; Rakott zöldbab tejmentes; Őszibarack;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
KEDD 2022.07.26.					
Óvoda: EN=373,00kcal FH=5,85g ZS=7,55g SZH=69,45g CK=17,70g SÓ=0,55g Tzs=1,05g		Iskola: EN=403,00kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=75,45g CK=17,70g SÓ=0,60g Tzs=1,05g		K. Iskola: EN=495,50kcal FH=6,95g ZS=8,55g SZH=86,45g CK=20,95g SÓ=0,65g Tzs=1,05g	
Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
SZERDA 2022.07.27.					
Óvoda: EN=264,70kcal FH=5,01g ZS=4,07g SZH=50,90g CK=20,15g SÓ=0,70g Tzs=0,93g		Iskola: EN=268,70kcal FH=5,25g ZS=4,13g SZH=51,50g CK=20,15g SÓ=0,70g Tzs=0,93g		K. Iskola: EN=270,70kcal FH=5,37g ZS=4,16g SZH=51,80g CK=20,15g SÓ=0,70g Tzs=0,93g	
Rizstej; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Lebencecs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2022.07.28.					
Óvoda: EN=537,60kcal FH=6,30g ZS=5,93g SZH=51,81g CK=0,10g SÓ=0,85g Tzs=0,90g		Iskola: EN=537,00kcal FH=7,00g ZS=6,45g SZH=58,15g CK=0,10g SÓ=0,90g Tzs=0,90g		K. Iskola: EN=401,20kcal FH=7,60g ZS=6,96g SZH=64,32g CK=0,10g SÓ=0,95g Tzs=0,90g	
Rostos almale; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;		Zöldséges harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
PÉNTEK 2022.07.29.					
Óvoda: EN=230,10kcal FH=5,32g ZS=4,25g SZH=41,97g CK=20,08g SÓ=1,00g Tzs=1,02g		Iskola: EN=269,20kcal FH=6,12g ZS=4,67g SZH=47,85g CK=20,10g SÓ=1,10g Tzs=1,20g		K. Iskola: EN=326,40kcal FH=6,63g ZS=5,00g SZH=58,59g CK=20,14g SÓ=1,23g Tzs=1,34g	



Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

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

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Múster; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Étlap név:
0200A1 Tej, Tejtermékes

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	124,99kcal	1,09g	2,05g	24,31g	17,10g	0,10g	0,20g
Almaleves 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,37kcal	0,79g	0,16g	24,72g	19,90g	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', Őrölt 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, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárzabab, Vöröshagyma	227,66kcal	17,16g	6,41g	23,95g	0,85g	0,53g	0,22g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	1,49g	0,61g
Banán Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
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 Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	1,18g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt 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 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioacet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2022.07.01.-tól 2022.07.31.-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	0,13g	0,22g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	1,51g	0,70g
Diós metélt Összetétel: Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,10g	0,10g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli	148,03kcal	5,37g	8,43g	11,96g	0,22g	1,17g	2,70g
Gépsonka (diéta) Összetétel: Allergén mentes gépsonka	17,60kcal	2,90g	0,55g	0,28g	0,04g	0,45g	0,22g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,22g	0,22g
Gomba leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,32kcal	2,76g	2,20g	11,76g	0,99g	0,23g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,99g	0,40g
Gyümölcsrizs 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Rizsital	346,60kcal	5,83g	3,19g	85,26g	17,70g	0,30g	0,00g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,58g	0,80g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,58g	0,60g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,10g	0,01g
Kapros káposzta '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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Kelkáposztafőzelék tej,liszmentes 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
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
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
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,10g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,03kcal	2,15g	2,99g	16,59g	0,89g	0,58g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	1,14g	1,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,10g	0,00g
Meggy mártás 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,89g	35,94g	25,25g	0,50g	0,50g
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	0,75g	1,00g
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,53g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Molnárika (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárika 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,99g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,50g	0,20g
Őszibarack Összetétel: Őszibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,50g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	1,04g	0,41g
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,13g	0,33g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,14g	0,24g
Parajfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	189,71kcal	4,32g	6,96g	27,74g	3,00g	1,09g	0,60g
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 ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,23g	0,21g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,20g	0,60g
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pitamin 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
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
Rizstej Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rostos almálé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcslé	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
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
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,99g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,50g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,11g	0,00g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,53g	0,32g
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,99g	0,71g
Tárkonyos csirkeaguleves '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
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tea (citrommentes) Összetétel: Kristálycukor, Teafű	20,00kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2022.07.01.-től 2022.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,99g	0,60g
Uborka Összetétel: Kigyo uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyo uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	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 pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,50g	0,26g
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,20g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zöldbabfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	127,57kcal	4,15g	4,19g	17,06g	5,28g	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 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	196,05kcal	7,55g	4,26g	30,31g	14,00g	0,52g	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	0,50g	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
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g