

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csirkereguleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.11.27. Övoda: EN=288,60kcal FH=11,7g ZS=12,44g SZH=3,17g CK=9,34g SO=1,19g TZS=3,19g Iskola: EN=335,70kcal FH=14,08g ZS=13,27g SZH=39,27g CK=11,66g SO=1,34g TZS=3,68g Kiskola: EN=508,10kcal FH=19,70g ZS=23,30g SZH=53,74g CK=14,09g SO=2,06g TZS=5,44g		Övoda: EN=550,34kcal FH=17,29g ZS=16,72g SZH=80,25g CK=18,28g SO=0,28g TZS=0,31g Iskola: EN=751,63kcal FH=21,66g ZS=25,20g SZH=106,49g CK=23,66g SO=0,43g TZS=0,82g Kiskola: EN=906,49kcal FH=25,39g ZS=31,29g SZH=127,32g CK=26,78g SO=0,50g TZS=1,23g		Övoda: EN=208,70kcal FH=6,04g ZS=10,57g SZH=21,85g CK=0,11g SO=1,03g TZS=3,64g Iskola: EN=285,00kcal FH=8,82g ZS=15,14g SZH=27,75g CK=0,15g SO=1,49g TZS=5,33g Kiskola: EN=337,20kcal FH=10,43g ZS=15,33g SZH=38,45g CK=0,19g SO=1,77g TZS=5,61g	
KEDD 2023.11.28. Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=216,55kcal FH=6,49g ZS=1,80g SZH=4,2,65g CK=20,12g SO=0,59g TZS=0,19g Iskola: EN=264,63kcal FH=9,61g ZS=2,89g SZH=46,82g CK=20,18g SO=0,73g TZS=0,23g Kiskola: EN=323,79kcal FH=11,95g ZS=3,44g SZH=59,69g CK=20,27g SO=1,04g TZS=0,31g		Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=517,91kcal FH=19,08g ZS=21,53g SZH=59,39g CK=12,48g SO=0,73g TZS=0,87g Iskola: EN=676,70kcal FH=24,86g ZS=28,96g SZH=76,72g CK=15,56g SO=1,14g TZS=1,18g Kiskola: EN=828,40kcal FH=29,37g ZS=34,02g SZH=96,88g CK=18,60g SO=1,65g TZS=1,53g		Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,95g TZS=1,81g Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SO=1,09g TZS=1,85g Kiskola: EN=324,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SO=1,76g TZS=3,58g	
SZERDA 2023.11.29. Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SO=1,06g TZS=0,99g Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,41g CK=7,16g SO=1,70g TZS=1,17g Kiskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,76g CK=8,20g SO=2,23g TZS=1,31g		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tathonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta; Övoda: EN=468,80kcal FH=18,45g ZS=14,43g SZH=59,82g CK=0,45g SO=0,38g TZS=0,99g Iskola: EN=579,91kcal FH=28,06g ZS=17,70g SZH=63,67g CK=0,6,12g SO=0,55g TZS=1,20g Kiskola: EN=712,00kcal FH=31,94g ZS=21,07g SZH=84,55g CK=0,9,71g SO=0,71g TZS=1,46g		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Övoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g Kiskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
CSÜTÖRTÖK 2023.11.30. Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika; Övoda: EN=339,08kcal FH=13,41g ZS=6,94g SZH=30,13g CK=9,33g SO=0,85g TZS=2,56g Iskola: EN=302,52kcal FH=17,81g ZS=8,58g SZH=37,67g CK=11,65g SO=1,04g TZS=3,05g Kiskola: EN=407,32kcal FH=25,04g ZS=11,11g SZH=50,45g CK=13,99g SO=1,37g TZS=3,58g		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Riziz-bizi; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Alma; Övoda: EN=503,32kcal FH=18,91g ZS=10,45g SZH=83,07g CK=19,39g SO=1,77g TZS=1,20g Iskola: EN=665,24kcal FH=24,27g ZS=13,59g SZH=125,67g CK=25,18g SO=2,23g TZS=1,56g Kiskola: EN=816,62kcal FH=30,02g ZS=15,86g SZH=154,76g CK=23,02g SO=2,83g TZS=1,86g		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=170,50kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SO=0,89g TZS=1,94g Iskola: EN=234,20kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=26,60g CK=0,16g SO=1,36g TZS=3,06g Kiskola: EN=303,70kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=37,19g CK=0,24g SO=1,80g TZS=3,68g	
PÉNTEK 2023.12.01. Övoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=5,78g SO=0,77g TZS=4,31g Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SO=0,85g TZS=4,35g Kiskola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,49g SZH=43,90g CK=5,84g SO=1,13g TZS=4,43g		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur; Övoda: EN=510,45kcal FH=28,91g ZS=12,75g SZH=84,32g CK=6,06g SO=0,80g TZS=1,94g Iskola: EN=672,64kcal FH=38,43g ZS=17,94g SZH=122,18g CK=7,70g SO=1,10g TZS=3,55g Kiskola: EN=784,69kcal FH=43,14g ZS=20,28g SZH=98,80g CK=8,22g SO=1,14g TZS=3,66g		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*; Övoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=4,5,45g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=4,5,45g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g Kiskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=6,0,45g CK=30,95g SO=0,35g TZS=1,05g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Öldimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezamag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Edesfűszer; 16=Pulastestek
Szegeci OVI (www.szegeci-ovi.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-555-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.12.04.	Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	Babgulyás leves sertés hússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Alma;	Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;
KEDD 2023.12.05.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;
	Övoda: EN=310,30kcal FH=11,06g ZS=10,80g SZH=41,45g CK=20,08g SÓ=1,04g TZS=5,39g Iskola: EN=366,80kcal FH=14,40g ZS=13,18g SZH=46,70g CK=20,10g SÓ=1,34g TZS=6,93g Kisiskola: EN=448,40kcal FH=18,48g ZS=15,64g SZH=57,15g CK=20,14g SÓ=1,78g TZS=8,51g	Övoda: EN=513,55kcal FH=24,40g ZS=14,80g SZH=66,72g CK=26,37g SÓ=0,28g TZS=0,83g Iskola: EN=635,59kcal FH=30,55g ZS=18,49g SZH=81,84g CK=31,99g SÓ=0,53g TZS=1,04g Kisiskola: EN=746,28kcal FH=34,37g ZS=23,16g SZH=94,42g CK=36,53g SÓ=0,68g TZS=1,44g	Övoda: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g Iskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g Kisiskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g
SZERDA 2023.12.06.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró (2, 5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
CSÜTÖRTÖK 2023.12.07.	Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertés hússal; Csemege uborka (11)*;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;
	Övoda: EN=210,98kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=35,49g CK=9,48g SÓ=0,39g TZS=1,05g Iskola: EN=219,22kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=37,51g CK=11,50g SÓ=0,39g TZS=1,05g Kisiskola: EN=227,34kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=39,52g CK=13,51g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Övoda: EN=610,10kcal FH=22,80g ZS=23,45g SZH=73,99g CK=1,47g SÓ=0,56g TZS=1,44g Iskola: EN=801,35kcal FH=28,84g ZS=31,02g SZH=97,73g CK=1,77g SÓ=0,85g TZS=1,94g Kisiskola: EN=954,75kcal FH=32,60g ZS=36,87g SZH=118,67g CK=2,11g SÓ=1,14g TZS=2,33g	Övoda: EN=183,20kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=22,78g CK=0,08g SÓ=0,88g TZS=1,81g Iskola: EN=210,70kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=28,32g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g Kisiskola: EN=241,30kcal FH=12,55g ZS=13,76g SZH=40,36g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,59g
PÉNTEK 2023.12.08.	Tej (2)*; Zala Koméa; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke (tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék tejlel (2)*; Főtt burgonya; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;
	Övoda: EN=304,70kcal FH=13,45g ZS=9,93g SZH=39,51g CK=9,38g SÓ=1,23g TZS=3,78g Iskola: EN=367,70kcal FH=17,80g ZS=13,70g SZH=42,45g CK=11,73g SÓ=1,61g TZS=5,31g Kisiskola: EN=410,20kcal FH=20,75g ZS=15,98g SZH=47,25g CK=14,05g SÓ=1,82g TZS=6,30g	Övoda: EN=613,04kcal FH=27,57g ZS=17,16g SZH=82,39g CK=7,74g SÓ=1,33g TZS=2,28g Iskola: EN=798,14kcal FH=35,29g ZS=23,36g SZH=105,57g CK=10,38g SÓ=1,72g TZS=2,92g Kisiskola: EN=968,19kcal FH=41,31g ZS=28,14g SZH=129,82g CK=11,63g SÓ=2,28g TZS=3,50g	Övoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g Kisiskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérutcai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sull-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=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesfűszek; 16=Puhatestűk
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST
Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. 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)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Meggylevés 'liszt-, tejszínes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
HÉTFŐ 2023.12.18.	Övoda: EN=342,20kcal FH=12,20g ZS=10,30g SZH=36,90g CK=9,42g SÓ=1,25g Tzs=3,90g Iskola: EN=404,40kcal FH=15,78g ZS=14,45g SZH=39,60g CK=11,84g SÓ=1,70g Tzs=5,55g Kiskola: EN=446,60kcal FH=18,30g ZS=16,90g SZH=42,10g CK=14,20g SÓ=1,95g Tzs=6,60g	Övoda: EN=344,61kcal FH=16,43g ZS=10,00g SZH=61,24g CK=16,75g SÓ=1,38g Tzs=0,62g Iskola: EN=444,94kcal FH=18,73g ZS=12,78g SZH=69,25g CK=25,66g SÓ=1,84g Tzs=0,82g Kiskola: EN=534,67kcal FH=21,85g ZS=15,54g SZH=94,90g CK=32,28g SÓ=2,16g Tzs=1,03g	Övoda: EN=201,20kcal FH=5,63g ZS=9,47g SZH=22,69g CK=0,14g SÓ=0,95g Tzs=1,39g Iskola: EN=226,30kcal FH=6,37g ZS=9,55g SZH=27,89g CK=0,16g SÓ=1,09g Tzs=1,43g Kiskola: EN=377,30kcal FH=10,52g ZS=18,88g SZH=40,19g CK=0,25g SÓ=1,76g Tzs=2,74g
KEDD 2023.12.19.	Tej (2)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=363,90kcal FH=15,76g ZS=19,42g SZH=31,02g CK=9,34g SÓ=2,08g Tzs=7,64g Iskola: EN=411,00kcal FH=18,05g ZS=20,25g SZH=38,52g CK=11,86g SÓ=2,27g Tzs=8,13g Kiskola: EN=483,20kcal FH=21,08g ZS=21,16g SZH=51,22g CK=14,00g SÓ=2,60g Tzs=8,66g	Övoda: EN=541,15kcal FH=21,86g ZS=20,69g SZH=64,79g CK=2,06g SÓ=0,37g Tzs=1,22g Iskola: EN=709,61kcal FH=28,15g ZS=27,20g SZH=83,29g CK=3,53g SÓ=0,76g Tzs=1,54g Kiskola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=32,88g SZH=104,21g CK=4,28g SÓ=0,87g Tzs=2,05g	Övoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,80g SZH=37,20g CK=0,15g SÓ=0,70g Tzs=0,90g Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g Tzs=0,90g
SZERDA 2023.12.20.	Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=290,70kcal FH=11,88g ZS=13,48g SZH=20,16g CK=6,31g SÓ=1,23g Tzs=5,44g Iskola: EN=385,00kcal FH=15,97g ZS=18,74g SZH=37,75g CK=11,65g SÓ=1,74g Tzs=7,78g Kiskola: EN=457,20kcal FH=19,01g ZS=19,65g SZH=50,45g CK=13,99g SÓ=2,07g Tzs=8,31g	Övoda: EN=549,09kcal FH=29,91g ZS=14,91g SZH=65,32g CK=17,83g SÓ=1,00g Tzs=1,46g Iskola: EN=695,42kcal FH=36,59g ZS=19,18g SZH=83,89g CK=24,20g SÓ=1,40g Tzs=1,94g Kiskola: EN=879,78kcal FH=44,03g ZS=23,98g SZH=109,63g CK=32,66g SÓ=1,77g Tzs=2,49g	Övoda: EN=165,60kcal FH=6,71g ZS=6,38g SZH=23,17g CK=0,09g SÓ=0,85g Tzs=1,81g Iskola: EN=214,70kcal FH=7,69g ZS=7,12g SZH=28,97g CK=0,10g SÓ=1,08g Tzs=1,83g Kiskola: EN=346,10kcal FH=12,66g ZS=13,88g SZH=41,14g CK=0,14g SÓ=1,76g Tzs=3,59g
CSÜTÖRTÖK 2023.12.21.	Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Övoda: EN=212,75kcal FH=6,19g ZS=1,77g SZH=42,14g CK=20,12g SÓ=0,59g Tzs=0,19g Iskola: EN=256,63kcal FH=9,11g ZS=2,84g SZH=47,97g CK=20,18g SÓ=0,73g Tzs=0,23g Kiskola: EN=316,58kcal FH=11,35g ZS=3,38g SZH=58,67g CK=20,27g SÓ=1,04g Tzs=0,31g	Övoda: EN=494,32kcal FH=23,73g ZS=15,70g SZH=65,69g CK=12,82g SÓ=0,42g Tzs=0,83g Iskola: EN=646,58kcal FH=29,55g ZS=22,14g SZH=76,25g CK=18,41g SÓ=0,84g Tzs=1,44g Kiskola: EN=768,25kcal FH=33,54g ZS=26,42g SZH=91,99g CK=22,43g SÓ=1,15g Tzs=1,80g	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma; Övoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,80g SZH=37,20g CK=0,15g SÓ=0,70g Tzs=0,90g Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g Tzs=0,90g
PÉNTEK 2023.12.22.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika; Övoda: EN=310,00kcal FH=9,16g ZS=9,24g SZH=33,90g CK=5,80g SÓ=0,80g Tzs=4,35g Iskola: EN=314,00kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=34,50g CK=5,80g SÓ=0,80g Tzs=4,35g Kiskola: EN=316,00kcal FH=9,52g ZS=9,33g SZH=34,80g CK=5,80g SÓ=0,80g Tzs=4,35g	Övoda: EN=575,35kcal FH=18,79g ZS=26,15g SZH=62,08g CK=9,73g SÓ=0,97g Tzs=1,38g Iskola: EN=764,02kcal FH=24,72g ZS=35,74g SZH=80,43g CK=12,75g SÓ=1,50g Tzs=1,92g Kiskola: EN=921,15kcal FH=29,42g ZS=41,14g SZH=101,61g CK=16,83g SÓ=1,97g Tzs=2,30g	Övoda: EN=194,40kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=33,80g CK=13,33g SÓ=0,56g Tzs=0,86g Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,80g SZH=41,00g CK=13,35g SÓ=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=332,20kcal FH=6,18g ZS=4,06g SZH=66,40g CK=26,64g SÓ=0,98g Tzs=0,98g
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk  SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOJGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kenyérutcai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sull-host.hu			
Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; Tzs=Telített zsírsav (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Ken-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Punatésíték Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a 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. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)			
Étlap név: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes) Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0			

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*, Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;		Csikemájkrem 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.12.25.		Ovoda: EN=645,53kcal Iskola: EN=836,44kcal K. Iskola: EN=974,69kcal Ovoda: EN=185,60kcal Iskola: EN=214,70kcal K. Iskola: EN=346,10kcal FH=15,32g ZS=22,86g FH=21,79g ZS=27,46g FH=25,39g ZS=31,13g FH=6,71g ZS=6,99g FH=7,69g ZS=7,12g FH=12,68g ZS=13,89g SZH=91,34g CK=19,09g SZH=121,07g CK=24,40g SZH=143,06g CK=27,21g SZH=23,17g CK=0,08g SZH=28,97g CK=0,10g SZH=41,14g CK=0,14g SO=0,36g Tzs=2,10g SO=0,63g Tzs=2,41g SO=0,93g Tzs=2,69g SO=0,95g Tzs=1,81g SO=1,09g Tzs=1,85g SO=1,76g Tzs=3,56g			
Tej (2)*, Házi zöldséges sertéshúském 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Karatlábé leves; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
KEDD 2023.12.26.		Ovoda: EN=491,15kcal Iskola: EN=643,30kcal K. Iskola: EN=750,27kcal Ovoda: EN=214,70kcal Iskola: EN=254,90kcal K. Iskola: EN=275,00kcal FH=17,13g ZS=17,70g FH=22,44g ZS=25,03g FH=25,52g ZS=29,80g FH=6,35g ZS=7,30g FH=8,35g ZS=10,70g FH=9,35g ZS=12,40g SZH=66,57g CK=18,71g SZH=82,69g CK=26,66g SZH=95,19g CK=29,81g SZH=29,90g CK=0,27g SZH=30,30g CK=0,39g SZH=30,50g CK=0,45g SO=0,40g Tzs=0,59g SO=0,88g Tzs=0,86g SO=1,20g Tzs=1,12g SO=1,10g Tzs=2,10g SO=1,50g Tzs=3,30g SO=1,70g Tzs=3,90g			
Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zellerkremleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszerez (9)*; Riz-biziz;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	
SZERDA 2023.12.27.		Ovoda: EN=379,58kcal Iskola: EN=512,08kcal K. Iskola: EN=613,22kcal Ovoda: EN=307,00kcal Iskola: EN=307,00kcal K. Iskola: EN=307,00kcal FH=16,12g ZS=17,03g FH=21,28g ZS=22,01g FH=25,92g ZS=26,08g FH=9,10g ZS=9,30g FH=9,10g ZS=9,30g FH=10,9g ZS=9,30g SZH=51,24g CK=3,77g SZH=73,44g CK=5,11g SZH=87,50g CK=6,63g SZH=33,30g CK=6,10g SZH=33,30g CK=6,10g SZH=33,30g CK=6,10g SO=1,31g Tzs=1,75g SO=1,79g Tzs=2,31g SO=2,36g Tzs=2,75g SO=0,80g Tzs=4,50g SO=0,80g Tzs=4,50g SO=0,80g Tzs=4,50g			
Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Almaleves (tejles) (2)*; Bazsalikomos csirkeraagu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Bebo margarin 10g; Uborka;	
CSÜTÖRTÖK 2023.12.28.		Ovoda: EN=520,64kcal Iskola: EN=703,97kcal K. Iskola: EN=835,39kcal Ovoda: EN=169,90kcal Iskola: EN=231,80kcal K. Iskola: EN=300,40kcal FH=25,42g ZS=17,37g FH=33,19g ZS=22,60g FH=37,90g ZS=27,05g FH=5,17g ZS=6,62g FH=8,02g ZS=9,50g FH=10,56g ZS=11,05g SZH=63,09g CK=2,172g SZH=88,68g CK=28,54g SZH=106,27g CK=36,68g SZH=21,74g CK=0,13g SZH=27,71g CK=0,19g SZH=38,50g CK=0,26g SO=0,15g Tzs=1,18g SO=0,52g Tzs=1,52g SO=0,77g Tzs=1,95g SO=1,00g Tzs=1,90g SO=1,58g Tzs=2,98g SO=2,05g Tzs=3,58g			
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
PÉNTEK 2023.12.29.		Ovoda: EN=524,30kcal Iskola: EN=712,39kcal K. Iskola: EN=818,26kcal Ovoda: EN=243,80kcal Iskola: EN=243,80kcal K. Iskola: EN=344,60kcal FH=21,84g ZS=17,65g FH=28,11g ZS=28,19g FH=32,12g ZS=31,92g FH=7,02g ZS=9,55g FH=7,02g ZS=9,55g FH=9,69g ZS=18,70g SZH=63,44g CK=2,92g SZH=78,92g CK=3,33g SZH=91,67g CK=3,81g SZH=31,39g CK=0,21g SZH=31,39g CK=0,21g SZH=33,28g CK=0,27g SO=0,59g Tzs=1,78g SO=1,00g Tzs=2,85g SO=1,09g Tzs=3,28g SO=1,09g Tzs=1,43g SO=1,09g Tzs=1,43g SO=1,48g Tzs=2,66g			
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kengyelgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016		Étlap név: 01000A1 Alapdiéta (Tojásmentes)	
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.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)		Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0	
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűtű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek					



SULL-HOST
E-mail: mail@sull-host.hu

SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyér-Értéki út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

Étlap név:
01000A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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

Szegedi OVI (www.oivi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST
Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Sull-Host
Étkezletési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,09g	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
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	229,65kcal	17,21g	6,42g	24,42g	1,06g	0,18g	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	0,45g	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
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, Őrölt 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, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,22g	0,04g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-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
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacska 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
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	0,47g	0,70g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gomba leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,32kcal	2,76g	2,20g	11,76g	0,99g	0,09g	0,22g
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 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
Kapros káposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	281,57kcal	21,38g	9,29g	32,69g	0,21g	0,15g	0,21g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
Kefír. Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin 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, Félzsiros 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 Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,84kcal	4,50g	13,72g	68,60g	18,04g	0,30g	1,48g
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 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,89g	35,94g	25,25g	0,15g	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	0,23g	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
Mini vaj Összetétel: Mini vaj	130,60kcal	2,00g	14,00g	0,00g	0,00g	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: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	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	0,15g	1,02g
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	0,06g	0,33g
Paradicsom mártás 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
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
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 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
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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, Teaű	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
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: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	226,74kcal	18,10g	14,48g	4,87g	0,53g	0,22g	0,61g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,76kcal	17,80g	13,56g	3,52g	0,65g	0,17g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Vagdalt 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.12.01.-tól 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
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 Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	226,21kcal	9,04g	4,90g	34,91g	15,84g	0,21g	0,84g
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 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
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	0,07g	0,27g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g