

Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
Tea (diabetikus) (15)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárzababfőzelék tej-,liszt-, cukormentes;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
HÉTFŐ 2025.03.31.	Ovoda: EN=201,72kcal FH=6,52g ZS=6,57g SZH=22,19g CK=0,38g SO=1,02g TZS=1,41g Iskola: EN=213,28kcal FH=6,96g ZS=6,62g SZH=24,41g CK=0,43g SO=1,09g TZS=1,43g Kisiskola: EN=313,48kcal FH=9,57g ZS=18,74g SZH=26,18g CK=0,49g SO=1,48g TZS=2,66g	Ovoda: EN=228,30kcal FH=9,07g ZS=9,29g SZH=26,89g CK=0,57g SO=0,78g TZS=0,39g Iskola: EN=243,50kcal FH=9,75g ZS=9,40g SZH=29,75g CK=0,60g SO=0,85g TZS=0,35g Kisiskola: EN=245,50kcal FH=9,87g ZS=9,43g SZH=30,09g CK=0,60g SO=0,85g TZS=0,35g
KEDD 2025.04.01.	Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
SZERDA 2025.04.02.	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
CSÜTÖRTÖK 2025.04.03.	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
PÉNTEK 2025.04.04.	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni 'Cukormentes'; Sajtszórat (2)*; Alma;	Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:  
**1300A1 Diabetessz**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;  
TZS=Telített zsír;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szazám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűk  
Dietetikusok: Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

**Tízórai**

**Ebéd A**

**Uzsonna**

**Tej (2)\*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;**

**Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtos tészta (diabetikus) (2)\*; Alma;**

**Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*; Uborka;**

**HÉTFŐ**

**2025.04.07.**

Ovoda: EN=220,30kcal  
FH=10,12g ZS=6,95g  
SZH=29,50g CK=9,47g  
SO=0,89g TZS=2,68g

Ovoda: EN=514,51kcal  
FH=15,04g ZS=19,91g  
SZH=67,02g CK=5,56g  
SO=1,25g TZS=6,85g

Ovoda: EN=167,90kcal  
FH=8,81g ZS=5,39g  
SZH=20,81g CK=0,27g  
SO=1,21g TZS=0,88g

**KEDD**

**2025.04.08.**

**Tea (diabetikus) (15)\*; Trappista sajt (2)\*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;**

**Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsfőzelék 'Cukormentes' (2, 15)\*;**

**Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*; Uborka;**

Ovoda: EN=227,22kcal  
FH=11,71g ZS=10,85g  
SZH=20,51g CK=0,32g  
SO=1,11g TZS=5,38g

Ovoda: EN=491,02kcal  
FH=22,00g ZS=23,42g  
SZH=44,37g CK=9,70g  
SO=0,55g TZS=1,28g

Ovoda: EN=135,90kcal  
FH=4,21g ZS=3,98g  
SZH=20,81g CK=0,27g  
SO=0,63g TZS=0,88g

**SZERDA**

**2025.04.09.**

**Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)\*; Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;**

**Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)\*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;**

**Tejfőlés túró (házi) (2)\*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*; Zöldpaprika;**

Ovoda: EN=180,00kcal  
FH=7,30g ZS=7,02g  
SZH=21,77g CK=0,27g  
SO=1,02g TZS=1,83g

Ovoda: EN=427,63kcal  
FH=22,60g ZS=12,27g  
SZH=51,88g CK=5,34g  
SO=0,43g TZS=0,60g

Ovoda: EN=131,30kcal  
FH=6,84g ZS=1,08g  
SZH=21,84g CK=0,27g  
SO=0,64g TZS=0,18g

**CSÜTÖRTÖK**

**2025.04.10.**

**Tea (diabetikus) (15)\*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;**

**Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkemomb; Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)\*; Pirított kukoricadara;**

**Joghurt (2)\*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;**

Ovoda: EN=173,22kcal  
FH=5,92g ZS=7,35g  
SZH=20,76g CK=0,44g  
SO=1,03g TZS=2,08g

Ovoda: EN=488,61kcal  
FH=21,70g ZS=17,43g  
SZH=52,44g CK=13,08g  
SO=0,14g TZS=1,22g

Ovoda: EN=225,30kcal  
FH=9,01g ZS=9,35g  
SZH=26,30g CK=6,27g  
SO=0,78g TZS=4,48g

**PÉNTEK**

**2025.04.11.**

**Kefir (2)\*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;**

**Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)\*;**

**Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;**

Ovoda: EN=222,30kcal  
FH=8,71g ZS=9,20g  
SZH=26,00g CK=5,97g  
SO=0,78g TZS=4,33g

Ovoda: EN=364,62kcal  
FH=22,83g ZS=18,28g  
SZH=52,72g CK=1,53g  
SO=0,41g TZS=1,27g

Ovoda: EN=146,30kcal  
FH=5,97g ZS=4,30g  
SZH=20,81g CK=0,27g  
SO=1,13g TZS=1,01g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**



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

**Étlap név:**  
1300A1 Diabetessz

Tápanyagtartalom: EN=Számtított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;  
TZS=Telített zsír;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
9=Hal; 10=Rakéték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszeg; 16=Puhatestűek  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oviszegedvaros.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)

HÉTFŐ 2025.04.14.		KEDD 2025.04.15.		SZERDA 2025.04.16.		CSÜTÖRTÖK 2025.04.17.		PÉNTEK 2025.04.18.	
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai	
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tea (diabetikus) (15)*; Köözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
Tárkonyos csirkeguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Pirított tarhonya 'lisztmentes'; 'Cukormentes' (15)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepaprikás; Pirított tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta		Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Riz-biziz;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natúr;	
Uzsonna		Uzsonna		Uzsonna		Uzsonna		Uzsonna	
Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
Óvoda: EN=289 00kcal FH=12,72g ZS=12,57g SZH=31,27g CK=9,53g SO=1,22g Tzs=3,21g		Óvoda: EN=133,27kcal FH=1,14g ZS=1,65g SZH=2,17g CK=0,36g SO=0,66g Tzs=0,18g		Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SO=1,19g Tzs=1,01g		Óvoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SO=1,11g Tzs=5,38g		Óvoda: EN=222,30kcal FH=6,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SO=0,78g Tzs=4,33g	
Iskola: EN=322,20kcal FH=4,71g ZS=13,37g SZH=35,82g CK=11,86g SO=1,34g Tzs=3,68g		Iskola: EN=168,01kcal FH=9,96g ZS=2,91g SZH=24,96g CK=0,46g SO=0,79g Tzs=0,20g		Iskola: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g Tzs=1,17g		Iskola: EN=270,18kcal FH=14,75g ZS=13,20g SZH=22,84g CK=0,37g SO=1,34g Tzs=6,90g		Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,23g SZH=28,25g CK=6,00g SO=0,85g Tzs=4,35g	
Kisiskola: EN=444,40kcal FH=8,67g ZS=23,24g SZH=39,89g CK=14,22g SO=1,78g Tzs=5,36g		Kisiskola: EN=176,97kcal FH=10,82g ZS=3,30g SZH=26,43g CK=0,50g SO=0,76g Tzs=0,20g		Kisiskola: EN=178,50kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,24g CK=0,30g SO=1,95g Tzs=1,23g		Kisiskola: EN=301,58kcal FH=17,55g ZS=15,50g SZH=22,89g CK=0,37g SO=1,50g Tzs=8,40g		Kisiskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,23g SZH=28,25g CK=6,00g SO=0,85g Tzs=4,35g	
Óvoda: EN=487,35kcal FH=15,99g ZS=12,53g SZH=34,69g CK=12,19g SO=0,56g Tzs=0,92g		Óvoda: EN=385,51kcal FH=16,10g ZS=21,21g SZH=30,59g CK=4,40g SO=0,17g Tzs=0,71g		Óvoda: EN=482,50kcal FH=21,85g ZS=17,29g SZH=57,87g CK=2,41g SO=0,56g Tzs=1,28g		Óvoda: EN=260,25kcal FH=12,92g ZS=10,63g SZH=24,37g CK=7,31g SO=1,24g Tzs=1,04g		Óvoda: EN=479,05kcal FH=26,31g ZS=10,45g SZH=64,27g CK=6,06g SO=0,44g Tzs=0,44g	
Iskola: EN=647,80kcal FH=19,99g ZS=17,31g SZH=59,27g CK=1,69g SO=0,69g Tzs=1,34g		Iskola: EN=511,20kcal FH=21,16g ZS=28,56g SZH=39,72g CK=5,46g SO=0,44g Tzs=0,98g		Iskola: EN=637,21kcal FH=27,70g ZS=23,47g SZH=76,24g CK=3,04g SO=0,80g Tzs=1,80g		Iskola: EN=325,37kcal FH=16,72g ZS=13,77g SZH=31,82g CK=10,09g SO=1,57g Tzs=1,38g		Iskola: EN=609,84kcal FH=33,23g ZS=13,34g SZH=82,08g CK=7,70g SO=0,78g Tzs=0,55g	
Kisiskola: EN=823,43kcal FH=24,29g ZS=23,03g SZH=124,88g CK=2,97g SO=0,71g Tzs=1,85g		Kisiskola: EN=604,70kcal FH=24,19g ZS=33,48g SZH=48,46g CK=6,46g SO=0,67g Tzs=1,25g		Kisiskola: EN=765,06kcal FH=31,38g ZS=27,74g SZH=94,43g CK=3,66g SO=0,91g Tzs=2,16g		Kisiskola: EN=388,63kcal FH=20,46g ZS=15,97g SZH=38,46g CK=12,88g SO=1,90g Tzs=1,58g		Kisiskola: EN=721,89kcal FH=37,94g ZS=15,69g SZH=98,70g CK=9,22g SO=0,82g Tzs=0,66g	
Óvoda: EN=209,10kcal FH=6,99g ZS=10,70g SZH=21,34g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=3,66g		Óvoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g SZH=21,77g CK=0,27g SO=1,02g Tzs=1,89g		Óvoda: EN=225,30kcal FH=9,01g ZS=9,35g SZH=26,30g CK=6,27g SO=0,76g Tzs=4,48g		Óvoda: EN=170,90kcal FH=6,51g ZS=6,95g SZH=20,59g CK=0,31g SO=0,96g Tzs=1,96g		Óvoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=4,7,30g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g	
Iskola: EN=271,50kcal FH=9,47g ZS=15,24g SZH=24,30g CK=0,35g SO=1,49g Tzs=5,53g		Iskola: EN=191,20kcal FH=7,74g ZS=7,07g SZH=24,02g CK=0,30g SO=1,08g Tzs=1,85g		Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SO=0,85g Tzs=4,50g		Iskola: EN=220,70kcal FH=9,55g ZS=10,00g SZH=23,15g CK=0,38g SO=1,36g Tzs=3,06g		Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=4,9,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	
Kisiskola: EN=273,50kcal FH=9,60g ZS=15,27g SZH=24,60g CK=0,35g SO=1,49g Tzs=5,53g		Kisiskola: EN=270,40kcal FH=11,13g ZS=13,64g SZH=25,49g CK=0,30g SO=1,48g Tzs=3,50g		Kisiskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SO=0,85g Tzs=4,50g		Kisiskola: EN=240,00kcal FH=10,85g ZS=11,50g SZH=23,30g CK=0,40g SO=1,52g Tzs=3,60g		Kisiskola: EN=387,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=4,65g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keresztényvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@sull-host.hu](mailto:mail@sull-host.hu)

**Étlap név:**  
**1300A1 Diabetez**

**Sull-Host**  
**Étkezéskészítési**  
**Rendszer 3.0**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;

TZS=Tejfehérje zsírs

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesfűszer; 16=Purines

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI ([www.ovi-szegedvaros.hu](http://www.ovi-szegedvaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
<b>Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*;</b> Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;					
<b>HÉTFŐ</b> 2025.04.21.					
Ovoda: EN=294,00kcal FH=11,63g ZS=14,97g SZH=28,07g CK=6,38g SO=1,17g Tzs=5,01g		Iskola: EN=305,20kcal FH=12,06g ZS=15,02g SZH=30,32g CK=6,38g SO=1,24g Tzs=5,03g		Kiskola: EN=405,40kcal FH=14,67g ZS=24,14g SZH=32,09g CK=6,42g SO=1,63g Tzs=6,26g	
<b>Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</b>					
<b>KEDD</b> 2025.04.22.					
Ovoda: EN=227,22kcal FH=11,70g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SO=1,11g Tzs=5,38g		Iskola: EN=270,18kcal FH=14,75g ZS=13,20g SZH=22,84g CK=0,37g SO=1,34g Tzs=6,90g		Kiskola: EN=301,58kcal FH=17,35g ZS=15,50g SZH=22,89g CK=0,37g SO=1,50g Tzs=6,40g	
<b>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</b>					
<b>SZERDA</b> 2025.04.23.					
Ovoda: EN=220,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=29,50g CK=0,47g SO=0,83g Tzs=2,68g		Iskola: EN=253,50kcal FH=12,10g ZS=7,75g SZH=34,05g CK=1,180g SO=0,95g Tzs=3,15g		Kiskola: EN=275,50kcal FH=13,65g ZS=8,50g SZH=36,35g CK=1,4,10g SO=1,00g Tzs=3,60g	
<b>Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;</b>					
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.04.24.					
Ovoda: EN=135,67kcal FH=7,20g ZS=1,91g SZH=22,09g CK=0,36g SO=0,66g Tzs=0,18g		Iskola: EN=172,01kcal FH=10,06g ZS=3,01g SZH=25,61g CK=0,46g SO=0,73g Tzs=0,20g		Kiskola: EN=181,77kcal FH=10,94g ZS=3,42g SZH=26,21g CK=0,50g SO=0,76g Tzs=0,20g	
<b>Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</b>					
<b>PÉNTEK</b> 2025.04.25.					
Ovoda: EN=282,50kcal FH=13,02g ZS=9,98g SZH=30,31g CK=0,51g SO=1,16g Tzs=3,76g		Iskola: EN=336,70kcal FH=17,80g ZS=13,80g SZH=36,50g CK=1,1,88g SO=1,61g Tzs=5,31g		Kiskola: EN=379,20kcal FH=20,75g ZS=16,06g SZH=38,12g CK=1,4,20g SO=1,82g Tzs=6,30g	
<b>Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</b>					
<b>Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) (15)*; Alma;</b>					
<b>Szerda</b> 2025.04.23.					
Ovoda: EN=578,19kcal FH=22,03g ZS=21,29g SZH=71,45g CK=1,55g SO=0,55g Tzs=1,34g		Iskola: EN=743,76kcal FH=27,71g ZS=26,91g SZH=83,58g CK=1,77g SO=0,95g Tzs=1,89g		Kiskola: EN=872,62kcal FH=31,00g ZS=31,58g SZH=111,61g CK=2,07g SO=1,10g Tzs=2,05g	
<b>Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;</b>					
<b>Hétfő</b> 2025.04.21.					
Ovoda: EN=166,40kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g		Iskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		Kiskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	
<b>Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;</b>					
<b>Kedd</b> 2025.04.22.					
Ovoda: EN=183,60kcal FH=7,60g ZS=7,05g SZH=22,28g CK=0,27g SO=1,02g Tzs=1,83g		Iskola: EN=197,20kcal FH=8,24g ZS=7,12g SZH=24,87g CK=0,30g SO=1,09g Tzs=1,83g		Kiskola: EN=277,60kcal FH=11,73g ZS=13,70g SZH=28,51g CK=0,30g SO=1,48g Tzs=3,50g	
<b>Csikemajkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</b>					
<b>Szerda</b> 2025.04.23.					
Ovoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SO=1,13g Tzs=1,01g		Iskola: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g Tzs=1,17g		Kiskola: EN=178,50kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,23g CK=0,30g SO=1,95g Tzs=1,23g	
<b>Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</b>					
<b>Hétfő</b> 2025.04.21.					
Ovoda: EN=224,30kcal FH=3,92g ZS=4,95g SZH=47,30g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g		Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		Kiskola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	
<b>Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</b>					

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
 6724 Szeged, KenyérÉgri út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
 E-mail: [maad@sull-host.hu](mailto:maad@sull-host.hu)

**Étlap név:**  
**1300A1 Diabetesz**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szeszammag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Pinhaszték  
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusaól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tésztás 'sertés húss-, cukormentes' (9)*; Alma;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
2025.04.28. HÉTFŐ		2025.04.29. KEDD		2025.04.30. SZERDA	
Óvoda: EN=170,30kcal FH=6,81g ZS=5,44g SZH=21,20g CK=0,27g SO=1,21g TZS=0,88g Iskola: EN=217,50kcal FH=14,15g ZS=6,95g SZH=24,05g CK=0,30g SO=1,86g TZS=0,90g Kiskola: EN=235,50kcal FH=16,57g ZS=7,68g SZH=24,35g CK=0,30g SO=2,15g TZS=0,90g		Óvoda: EN=388,78kcal FH=14,35g ZS=6,68g SZH=17,32g CK=6,50g SO=0,89g TZS=0,58g Iskola: EN=568,71kcal FH=19,90g ZS=11,52g SZH=34,01g CK=6,24g SO=1,37g TZS=1,05g Kiskola: EN=696,03kcal FH=26,19g ZS=13,17g SZH=40,21g CK=6,61g SO=1,72g TZS=1,18g		Óvoda: EN=203,10kcal FH=6,63g ZS=10,61g SZH=20,45g CK=0,30g SO=1,10g TZS=0,58g Iskola: EN=261,50kcal FH=8,88g ZS=15,09g SZH=22,80g CK=0,35g SO=1,48g TZS=0,53g Kiskola: EN=261,50kcal FH=8,88g ZS=15,09g SZH=22,80g CK=0,35g SO=1,48g TZS=0,53g	
Tej (2)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Csonthéves; Rakott zöldbab tejmentes;		Karálbé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafélék tejfős (2)*;	
2025.04.29. KEDD		2025.04.30. SZERDA		2025.04.30. SZERDA	
Óvoda: EN=332,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=26,50g CK=0,47g SO=0,89g TZS=2,68g Iskola: EN=365,50kcal FH=12,10g ZS=7,75g SZH=26,10g CK=0,47g SO=0,95g TZS=3,15g Kiskola: EN=499,50kcal FH=13,66g ZS=8,50g SZH=26,39g CK=0,47g SO=1,00g TZS=3,60g		Óvoda: EN=448,82kcal FH=24,05g ZS=13,27g SZH=53,29g CK=3,80g SO=0,54g TZS=0,53g Iskola: EN=562,86kcal FH=29,79g ZS=18,10g SZH=64,11g CK=4,41g SO=1,00g TZS=0,84g Kiskola: EN=643,37kcal FH=33,06g ZS=21,15g SZH=73,21g CK=5,10g SO=1,02g TZS=1,04g		Óvoda: EN=203,10kcal FH=6,63g ZS=10,61g SZH=20,45g CK=0,30g SO=1,10g TZS=0,58g Iskola: EN=261,50kcal FH=8,88g ZS=15,09g SZH=22,80g CK=0,35g SO=1,48g TZS=0,53g Kiskola: EN=261,50kcal FH=8,88g ZS=15,09g SZH=22,80g CK=0,35g SO=1,48g TZS=0,53g	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Lebbencs leves; Káposzta káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Alma;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
2025.04.30. SZERDA		2025.04.30. SZERDA		2025.04.30. SZERDA	
Óvoda: EN=135,90kcal FH=4,21g ZS=3,98g SZH=20,81g CK=0,27g SO=0,63g TZS=0,88g Iskola: EN=149,50kcal FH=4,85g ZS=4,05g SZH=23,40g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=150,70kcal FH=4,95g ZS=4,06g SZH=23,57g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g		Óvoda: EN=351,88kcal FH=22,19g ZS=11,68g SZH=37,04g CK=1,10g SO=0,53g TZS=0,74g Iskola: EN=446,39kcal FH=27,57g ZS=15,68g SZH=45,65g CK=1,23g SO=1,03g TZS=1,10g Kiskola: EN=511,58kcal FH=30,60g ZS=18,83g SZH=51,58g CK=1,43g SO=1,03g TZS=1,48g		Óvoda: EN=146,30kcal FH=6,89g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SO=1,13g TZS=1,01g Iskola: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g TZS=1,17g Kiskola: EN=178,50kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,23g CK=0,30g SO=1,96g TZS=1,23g	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Zöldsegleves 'tej-, cukormentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt rizs;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
2025.05.01. CSÜTÖRTÖK		2025.05.01. CSÜTÖRTÖK		2025.05.01. CSÜTÖRTÖK	
Óvoda: EN=223,90kcal FH=10,42g ZS=6,98g SZH=24,05g CK=0,32g SO=1,11g TZS=0,58g Iskola: EN=259,50kcal FH=12,60g ZS=7,80g SZH=24,90g CK=0,32g SO=0,95g TZS=0,58g Kiskola: EN=282,70kcal FH=14,25g ZS=8,58g SZH=23,37g CK=0,32g SO=1,00g TZS=0,60g		Óvoda: EN=364,25kcal FH=19,58g ZS=23,25g SZH=17,53g CK=2,37g SO=0,17g TZS=1,78g Iskola: EN=454,50kcal FH=24,57g ZS=28,75g SZH=22,40g CK=3,04g SO=0,25g TZS=2,19g Kiskola: EN=528,72kcal FH=27,39g ZS=33,87g SZH=26,37g CK=3,66g SO=0,37g TZS=2,65g		Óvoda: EN=207,00kcal FH=6,89g ZS=9,68g SZH=22,96g CK=0,33g SO=1,02g TZS=1,41g Iskola: EN=222,20kcal FH=7,56g ZS=9,77g SZH=25,82g CK=0,36g SO=1,09g TZS=1,43g Kiskola: EN=324,40kcal FH=10,29g ZS=16,92g SZH=27,89g CK=0,42g SO=1,48g TZS=2,66g	
2025.05.02. PÉNTEK		2025.05.02. PÉNTEK		2025.05.02. PÉNTEK	
Óvoda: EN=230,82kcal FH=12,02g ZS=10,88g SZH=21,02g CK=0,32g SO=1,11g TZS=0,58g Iskola: EN=276,18kcal FH=15,29g ZS=13,25g SZH=23,69g CK=0,37g SO=1,34g TZS=0,90g Kiskola: EN=308,78kcal FH=17,99g ZS=15,50g SZH=23,91g CK=0,37g SO=1,50g TZS=0,40g		Óvoda: EN=364,25kcal FH=19,58g ZS=23,25g SZH=17,53g CK=2,37g SO=0,17g TZS=1,78g Iskola: EN=454,50kcal FH=24,57g ZS=28,75g SZH=22,40g CK=3,04g SO=0,25g TZS=2,19g Kiskola: EN=528,72kcal FH=27,39g ZS=33,87g SZH=26,37g CK=3,66g SO=0,37g TZS=2,65g		Óvoda: EN=207,00kcal FH=6,89g ZS=9,68g SZH=22,96g CK=0,33g SO=1,02g TZS=1,41g Iskola: EN=222,20kcal FH=7,56g ZS=9,77g SZH=25,82g CK=0,36g SO=1,09g TZS=1,43g Kiskola: EN=324,40kcal FH=10,29g ZS=16,92g SZH=27,89g CK=0,42g SO=1,48g TZS=2,66g	



**SULLI-HOST**  
 6724 Szeged, KanyárÉrtéki út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
 E-mail: mail@suli-host.hu

**SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**Étlap név: 1300A1 Diabetesz**

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűrt; 15=Édesfűszer; 16=Phenacetil

**Sull-Host Étkészítési Rendszer 3.0**

# Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-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 tejszínes 'cukormentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	104,99kcal	1,09g	2,05g	19,31g	12,10g	0,03g	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	0,03g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejszínes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,14kcal	17,63g	9,13g	13,57g	4,40g	0,19g	0,40g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
ásványvíz 0,5 liter Összetétel: Ásványvíz 0,5l	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	154,29kcal	11,03g	9,68g	4,99g	0,25g	0,45g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-teszta 'sertés-hús-, cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti teszta, Tartósítószermentes sült paradicsom, Vöröshagyma	300,78kcal	10,72g	5,37g	51,54g	3,53g	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 teszta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,22g	0,04g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioacet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejszínes) 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
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	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	0,06g	0,41g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Finomfőzelék cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Polysweet, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	170,00kcal	7,31g	3,62g	25,09g	8,04g	0,34g	0,63g
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
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, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
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	0,08g	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	0,09g	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	0,30g	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	0,30g	0,71g
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,33kcal	5,09g	4,29g	37,55g	0,34g	0,09g	0,40g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
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, Fejés káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,03g	0,01g
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

# Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék tej,lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,15g	0,50g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
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	0,30g	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 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	95,20kcal	2,30g	5,67g	8,51g	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
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves (cukormentes, tejjment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,48kcal	1,19g	0,15g	14,65g	10,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás (diab.tejment.) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	118,26kcal	1,69g	2,98g	20,58g	12,65g	0,15g	0,30g
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	0,18g	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	0,01g	0,70g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g



## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Órölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsom leves 'Cukormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	57,95kcal	1,84g	0,34g	11,73g	2,48g	0,06g	0,03g
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	0,07g	0,24g
Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Órölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	164,29kcal	3,82g	8,30g	18,74g	0,00g	0,27g	0,80g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Órölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	43,65kcal	0,26g	3,25g	3,29g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Órölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	88,48kcal	0,40g	7,41g	4,98g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	119,54kcal	6,00g	2,30g	18,00g	0,00g	0,15g	0,00g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Pírtott tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,53kcal	2,43g	6,72g	46,48g	0,13g	0,30g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu leves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,07kcal	11,10g	8,44g	5,50g	0,39g	0,31g	0,41g
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. prítamin 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	0,37g	0,57g

# Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott zöldbab tejmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	328,37kcal	14,41g	19,84g	20,30g	4,21g	0,08g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,37kcal	2,56g	5,71g	8,18g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizseshús 'sertés' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	160,63kcal	12,86g	10,41g	3,20g	0,25g	0,45g	0,60g
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	0,43g	4,15g
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	0,15g	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	0,30g	0,41g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' Összetétel: Sonkás májaskrém	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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 hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	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	0,03g	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	0,18g	0,22g
Tárkonyos csirkeguleves '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	0,26g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,72kcal	0,00g	0,00g	0,06g	0,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	102,10kcal	6,45g	3,03g	12,38g	9,20g	0,23g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigyó uborka, Só 'jódozott'	8,49kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,15g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,18g	16,28g	4,83g	0,34g	0,15g	0,21g
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 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	0,06g	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	0,07g	0,47g

# Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	202,11kcal	9,61g	4,94g	28,11g	8,34g	0,21g	0,85g
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
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