

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
	Tea (diabetikus) (15)*; Zöldfűszerez harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Rizseshús 'sertés';	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
HÉTFŐ 2026.01.05.	Ovoda: EN=201,70kcal FH=6,50g ZS=9,50g SZH=22,20g CK=0,40g SO=1,00g Tzs=1,40g Iskola: EN=213,30kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=24,50g CK=0,50g SO=1,10g Tzs=1,40g Kisiskola: EN=313,60kcal FH=9,60g ZS=18,70g SZH=26,20g CK=0,50g SO=1,50g Tzs=2,70g	Ovoda: EN=377,90kcal FH=17,20g ZS=10,40g SZH=52,00g CK=2,00g SO=0,60g Tzs=0,60g Iskola: EN=467,50kcal FH=21,00g ZS=13,40g SZH=63,60g CK=2,50g SO=1,00g Tzs=0,90g Kisiskola: EN=548,20kcal FH=24,70g ZS=16,20g SZH=73,20g CK=3,00g SO=1,00g Tzs=1,10g	Ovoda: EN=228,30kcal FH=9,10g ZS=9,20g SZH=26,90g CK=6,00g SO=0,80g Tzs=4,30g Iskola: EN=243,50kcal FH=9,80g ZS=9,40g SZH=29,80g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g Kisiskola: EN=245,50kcal FH=9,90g ZS=9,40g SZH=30,10g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g
KEDD 2026.01.06.	Tea (diabetikus) (15)*; Házi pulkahanúskrém; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Uborka;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;
	Ovoda: EN=174,50kcal FH=8,50g ZS=6,10g SZH=21,00g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=1,00g Iskola: EN=222,50kcal FH=11,30g ZS=8,90g SZH=23,70g CK=0,40g SO=0,80g Tzs=1,20g Kisiskola: EN=249,50kcal FH=13,10g ZS=11,10g SZH=23,90g CK=0,50g SO=0,80g Tzs=1,40g	Ovoda: EN=511,80kcal FH=24,50g ZS=20,50g SZH=55,50g CK=1,40g SO=0,20g Tzs=1,30g Iskola: EN=670,50kcal FH=30,90g ZS=25,50g SZH=77,00g CK=2,10g SO=0,50g Tzs=1,60g Kisiskola: EN=798,60kcal FH=35,40g ZS=30,70g SZH=92,50g CK=2,60g SO=0,70g Tzs=2,00g	Ovoda: EN=244,30kcal FH=3,80g ZS=3,90g SZH=47,30g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,90g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=49,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g Kisiskola: EN=367,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=76,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g
SZERDA 2026.01.07.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;
	Ovoda: EN=230,70kcal FH=12,00g ZS=10,80g SZH=20,90g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=5,40g Iskola: EN=276,10kcal FH=13,40g ZS=13,20g SZH=23,40g CK=0,30g SO=1,30g Tzs=6,90g Kisiskola: EN=308,90kcal FH=18,10g ZS=15,60g SZH=23,50g CK=0,30g SO=1,50g Tzs=8,40g	Ovoda: EN=428,40kcal FH=26,40g ZS=13,60g SZH=42,10g CK=8,90g SO=0,50g Tzs=1,30g Iskola: EN=555,90kcal FH=31,60g ZS=18,30g SZH=55,30g CK=11,80g SO=0,80g Tzs=1,80g Kisiskola: EN=673,60kcal FH=37,80g ZS=22,70g SZH=68,00g CK=14,50g SO=1,00g Tzs=2,40g	Ovoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,80g CK=0,30g SO=1,00g Tzs=1,80g Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=1,80g Kisiskola: EN=270,40kcal FH=11,20g ZS=13,60g SZH=25,50g CK=0,30g SO=1,50g Tzs=3,50g
CSÜTÖRTÖK 2026.01.08.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Uborka;
	Ovoda: EN=226,30kcal FH=10,50g ZS=7,00g SZH=30,40g CK=8,50g SO=0,80g Tzs=2,70g Iskola: EN=263,50kcal FH=12,80g ZS=8,00g SZH=35,60g CK=11,80g SO=0,90g Tzs=3,10g Kisiskola: EN=287,50kcal FH=14,40g ZS=8,70g SZH=38,20g CK=14,10g SO=1,00g Tzs=3,60g	Ovoda: EN=399,00kcal FH=16,20g ZS=11,20g SZH=53,50g CK=5,30g SO=1,20g Tzs=1,00g Iskola: EN=517,30kcal FH=20,40g ZS=15,90g SZH=67,20g CK=7,10g SO=1,60g Tzs=1,50g Kisiskola: EN=609,40kcal FH=24,60g ZS=17,70g SZH=80,70g CK=8,90g SO=2,10g Tzs=1,60g	Ovoda: EN=129,00kcal FH=6,50g ZS=1,80g SZH=21,50g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,20g Iskola: EN=168,40kcal FH=8,90g ZS=3,60g SZH=24,80g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,20g Kisiskola: EN=182,50kcal FH=9,90g ZS=4,50g SZH=25,30g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,20g
PÉNTEK 2026.01.09.	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni 'Cukormentes'; Sajt szórat (2)*; Alma;	Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Ovoda: EN=171,60kcal FH=6,50g ZS=6,90g SZH=20,70g CK=0,30g SO=0,90g Tzs=2,00g Iskola: EN=221,60kcal FH=9,60g ZS=10,00g SZH=23,30g CK=0,50g SO=1,40g Tzs=3,10g Kisiskola: EN=241,10kcal FH=10,90g ZS=11,50g SZH=23,50g CK=0,50g SO=1,50g Tzs=3,60g	Ovoda: EN=369,90kcal FH=22,30g ZS=23,20g SZH=69,90g CK=6,00g SO=0,50g Tzs=2,60g Iskola: EN=785,90kcal FH=29,60g ZS=31,60g SZH=92,00g CK=7,50g SO=0,70g Tzs=3,70g Kisiskola: EN=921,90kcal FH=34,40g ZS=35,00g SZH=112,50g CK=9,60g SO=0,80g Tzs=3,80g	Ovoda: EN=262,30kcal FH=11,10g ZS=9,60g SZH=31,80g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,90g Iskola: EN=277,50kcal FH=11,80g ZS=9,80g SZH=34,70g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g Kisiskola: EN=279,50kcal FH=11,90g ZS=9,80g SZH=35,00g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g
Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk			
SULI-HOST SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kertészvárosi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szénámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek Szegedi ÖVI (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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-536-3081) Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0 Étlap név: 1300A1 Diabetesz			



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

Étlap név:
1300A1 Diabeteusz

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=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesfűszerez; 16=Puhatestűek
 Szegedi ÖV (www.ov.suli-host.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

[illegible]

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtos tészta (diabetikus) (2)*; Alma;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2026.01.12.					
Ovoda: EN=220,30kcal FH=10,10g ZS=6,90g SZH=29,50g CK=9,50g SO=0,80g TZS=2,70g Iskola: EN=253,50kcal FH=12,20g ZS=7,80g SZH=34,10g CK=11,80g SO=0,90g TZS=3,10g K. Iskola: EN=275,50kcal FH=13,70g ZS=8,50g SZH=36,40g CK=14,10g SO=1,00g TZS=3,60g		Ovoda: EN=514,50kcal FH=15,00g ZS=19,90g SZH=67,00g CK=0,60g SO=1,20g TZS=6,90g Iskola: EN=683,70kcal FH=19,80g ZS=27,40g SZH=87,20g CK=0,70g SO=2,00g TZS=9,40g K. Iskola: EN=780,40kcal FH=22,40g ZS=29,10g SZH=104,50g CK=0,80g SO=2,10g TZS=10,10g		Ovoda: EN=167,90kcal FH=8,80g ZS=5,30g SZH=20,80g CK=0,30g SO=1,20g TZS=0,90g Iskola: EN=213,50kcal FH=14,10g ZS=6,50g SZH=23,40g CK=0,30g SO=1,90g TZS=0,90g K. Iskola: EN=230,70kcal FH=16,50g ZS=7,60g SZH=23,60g CK=0,30g SO=2,10g TZS=0,90g	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Tarthonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*;		Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Uborka;	
KEDD 2026.01.13.					
Ovoda: EN=227,20kcal FH=11,70g ZS=10,80g SZH=20,60g CK=0,30g SO=1,10g TZS=5,40g Iskola: EN=270,20kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,30g TZS=6,90g K. Iskola: EN=301,60kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,50g TZS=8,40g		Ovoda: EN=491,00kcal FH=22,00g ZS=23,40g SZH=44,30g CK=9,60g SO=0,50g TZS=1,30g Iskola: EN=626,90kcal FH=27,80g ZS=30,80g SZH=54,80g CK=11,30g SO=0,80g TZS=1,70g K. Iskola: EN=770,10kcal FH=34,60g ZS=36,10g SZH=70,60g CK=15,50g SO=1,00g TZS=2,00g		Ovoda: EN=135,90kcal FH=4,20g ZS=3,90g SZH=20,80g CK=0,30g SO=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=149,50kcal FH=4,90g ZS=4,00g SZH=23,40g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g K. Iskola: EN=150,70kcal FH=5,00g ZS=4,10g SZH=23,60g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;		Tejőőrs túró (házi) (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
SZERDA 2026.01.14.					
Ovoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,80g CK=0,30g SO=1,00g TZS=1,80g Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SO=1,10g TZS=1,80g K. Iskola: EN=270,40kcal FH=11,20g ZS=13,60g SZH=25,50g CK=0,30g SO=1,50g TZS=3,50g		Ovoda: EN=427,70kcal FH=22,50g ZS=12,20g SZH=51,80g CK=5,40g SO=0,50g TZS=0,80g Iskola: EN=531,10kcal FH=28,90g ZS=15,50g SZH=63,10g CK=6,30g SO=0,70g TZS=0,70g K. Iskola: EN=631,70kcal FH=35,70g ZS=18,70g SZH=73,00g CK=7,70g SO=0,80g TZS=0,90g		Ovoda: EN=131,30kcal FH=6,60g ZS=1,90g SZH=21,80g CK=0,30g SO=0,60g TZS=0,20g Iskola: EN=172,30kcal FH=9,00g ZS=3,70g SZH=25,50g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,20g K. Iskola: EN=187,20kcal FH=10,00g ZS=4,60g SZH=26,10g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,20g	
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Burgonyaleves (tejmentes); Sütt csirkecomb; Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)*; Pírtott kukoricadara;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2026.01.15.					
Ovoda: EN=173,20kcal FH=5,90g ZS=7,30g SZH=20,80g CK=0,40g SO=1,00g TZS=2,10g Iskola: EN=225,00kcal FH=8,40g ZS=10,80g SZH=23,50g CK=0,60g SO=1,50g TZS=3,30g K. Iskola: EN=245,10kcal FH=9,40g ZS=12,50g SZH=23,70g CK=0,70g SO=1,70g TZS=3,90g		Ovoda: EN=488,60kcal FH=21,70g ZS=17,30g SZH=52,40g CK=13,10g SO=0,10g TZS=1,20g Iskola: EN=638,50kcal FH=26,90g ZS=23,60g SZH=69,00g CK=15,40g SO=0,20g TZS=1,70g K. Iskola: EN=767,40kcal FH=31,50g ZS=29,50g SZH=81,30g CK=17,80g SO=0,40g TZS=2,20g		Ovoda: EN=225,30kcal FH=9,00g ZS=9,30g SZH=26,30g CK=6,30g SO=0,80g TZS=4,50g Iskola: EN=236,60kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=26,60g CK=6,30g SO=0,90g TZS=4,50g K. Iskola: EN=236,60kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=26,60g CK=6,30g SO=0,90g TZS=4,50g	
Kéfir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	
PÉNTEK 2026.01.16.					
Ovoda: EN=222,30kcal FH=8,70g ZS=9,10g SZH=26,00g CK=6,00g SO=0,80g TZS=4,30g Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g TZS=4,30g K. Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g TZS=4,30g		Ovoda: EN=491,50kcal FH=25,00g ZS=18,50g SZH=54,30g CK=1,50g SO=0,30g TZS=1,20g Iskola: EN=641,70kcal FH=32,10g ZS=22,30g SZH=76,60g CK=1,80g SO=0,70g TZS=1,50g K. Iskola: EN=738,10kcal FH=36,30g ZS=25,10g SZH=88,80g CK=2,30g SO=1,10g TZS=1,70g		Ovoda: EN=146,30kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=21,00g CK=0,30g SO=1,10g TZS=1,00g Iskola: EN=171,50kcal FH=8,50g ZS=4,70g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g TZS=1,20g K. Iskola: EN=178,50kcal FH=9,60g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=0,30g SO=1,90g TZS=1,20g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
1300A1 Diabeteusz

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=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusaól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
	Téj (2)*, Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkeaguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;	Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
HÉTFŐ 2026.01.19.	Ovoda: EN=289,00kcal FH=12,70g ZS=12,50g SZH=31,30g CK=9,60g SÓ=1,20g Tzs=3,20g Iskola: EN=322,20kcal FH=14,80g ZS=13,40g SZH=35,90g CK=11,90g SÓ=1,30g Tzs=3,60g Kisiskola: EN=444,40kcal FH=18,90g ZS=23,20g SZH=39,90g CK=14,20g SÓ=1,80g Tzs=5,40g	Ovoda: EN=487,40kcal FH=16,00g ZS=12,50g SZH=34,70g CK=1,20g SÓ=0,60g Tzs=0,90g Iskola: EN=647,80kcal FH=20,00g ZS=17,30g SZH=39,30g CK=1,70g SÓ=0,70g Tzs=1,30g Kisiskola: EN=823,40kcal FH=24,30g ZS=23,10g SZH=42,90g CK=2,40g SÓ=0,80g Tzs=1,80g	Ovoda: EN=209,10kcal FH=7,00g ZS=10,70g SZH=21,40g CK=0,30g SÓ=1,10g Tzs=3,70g Iskola: EN=271,50kcal FH=9,50g ZS=15,30g SZH=24,30g CK=0,30g SÓ=1,50g Tzs=5,50g Kisiskola: EN=273,50kcal FH=9,60g ZS=15,30g SZH=24,60g CK=0,30g SÓ=1,50g Tzs=5,50g
KEDD 2026.01.20.	Téa (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;	Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;	Csikemájkrém 30g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;
SZERDA 2026.01.21.	Téa csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Pirított tarhonya 'lisztmentes'; 'Cukormentes' (15)*; Uborkasaláta	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.01.22.	Téa (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi;	Körte; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;
PÉNTEK 2026.01.23.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;
Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk SULL-HOST 6724 Szeged, Kertészvárosi 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 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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek Szegedi OVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusaól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Étlap név: 1300A1 Diabétesz Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0			

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Pulykaraguleves 'lisztmentes'; Tejberizs (diabetikus) (2, 15)*; Alma;			Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
HÉTFŐ 2026.01.26.			Óvoda: EN=392,60kcal Iskola: EN=499,20kcal Kisiskola: EN=569,10kcal FH=20,20g ZS=9,90g FH=26,10g ZS=13,30g FH=30,20g ZS=15,90g SZH=28,10g CK=6,40g SZH=32,10g CK=8,40g SZH=34,40g CK=9,70g SZH=36,20g CK=10,90g SZH=38,20g CK=12,20g SZH=40,20g CK=13,50g SZH=42,20g CK=14,80g SZH=44,20g CK=16,10g SZH=46,20g CK=17,40g SZH=48,20g CK=18,70g SZH=50,20g CK=20,00g SZH=52,20g CK=21,30g SZH=54,20g CK=22,60g SZH=56,20g CK=23,90g SZH=58,20g CK=25,20g SZH=60,20g CK=26,50g SZH=62,20g CK=27,80g SZH=64,20g CK=29,10g SZH=66,20g CK=30,40g SZH=68,20g CK=31,70g SZH=70,20g CK=33,00g SZH=72,20g CK=34,30g SZH=74,20g CK=35,60g SZH=76,20g CK=36,90g SZH=78,20g CK=38,20g SZH=80,20g CK=39,50g SZH=82,20g CK=40,80g SZH=84,20g CK=42,10g SZH=86,20g CK=43,40g SZH=88,20g CK=44,70g SZH=90,20g CK=46,00g SZH=92,20g CK=47,30g SZH=94,20g CK=48,60g SZH=96,20g CK=49,90g SZH=98,20g CK=51,20g SZH=100,20g CK=52,50g SZH=102,20g CK=53,80g SZH=104,20g CK=55,10g SZH=106,20g CK=56,40g SZH=108,20g CK=57,70g SZH=110,20g CK=59,00g SZH=112,20g CK=60,30g SZH=114,20g CK=61,60g SZH=116,20g CK=62,90g SZH=118,20g CK=64,20g SZH=120,20g CK=65,50g SZH=122,20g CK=66,80g SZH=124,20g CK=68,10g SZH=126,20g CK=69,40g SZH=128,20g CK=70,70g SZH=130,20g CK=72,00g SZH=132,20g CK=73,30g SZH=134,20g CK=74,60g SZH=136,20g CK=75,90g SZH=138,20g CK=77,20g SZH=140,20g CK=78,50g SZH=142,20g CK=79,80g SZH=144,20g CK=81,10g SZH=146,20g CK=82,40g SZH=148,20g CK=83,70g SZH=150,20g CK=85,00g SZH=152,20g CK=86,30g SZH=154,20g CK=87,60g SZH=156,20g CK=88,90g SZH=158,20g CK=90,20g SZH=160,20g CK=91,50g SZH=162,20g CK=92,80g SZH=164,20g CK=94,10g SZH=166,20g CK=95,40g SZH=168,20g CK=96,70g SZH=170,20g CK=98,00g SZH=172,20g CK=99,30g SZH=174,20g CK=100,60g SZH=176,20g CK=101,90g SZH=178,20g CK=103,20g SZH=180,20g CK=104,50g SZH=182,20g CK=105,80g SZH=184,20g CK=107,10g SZH=186,20g CK=108,40g SZH=188,20g CK=109,70g SZH=190,20g CK=111,00g SZH=192,20g CK=112,30g SZH=194,20g CK=113,60g SZH=196,20g CK=114,90g SZH=198,20g CK=116,20g SZH=200,20g CK=117,50g SZH=202,20g CK=118,80g SZH=204,20g CK=120,10g SZH=206,20g CK=121,40g SZH=208,20g CK=122,70g SZH=210,20g CK=124,00g SZH=212,20g CK=125,30g SZH=214,20g CK=126,60g SZH=216,20g CK=127,90g SZH=218,20g CK=129,20g SZH=220,20g CK=130,50g SZH=222,20g CK=131,80g SZH=224,20g CK=133,10g SZH=226,20g CK=134,40g SZH=228,20g CK=135,70g SZH=230,20g CK=137,00g SZH=232,20g CK=138,30g SZH=234,20g CK=139,60g SZH=236,20g CK=140,90g SZH=238,20g CK=142,20g SZH=240,20g CK=143,50g SZH=242,20g CK=144,80g SZH=244,20g CK=146,10g SZH=246,20g CK=147,40g SZH=248,20g CK=148,70g SZH=250,20g CK=150,00g SZH=252,20g CK=151,30g SZH=254,20g CK=152,60g SZH=256,20g CK=153,90g SZH=258,20g CK=155,20g SZH=260,20g CK=156,50g SZH=262,20g CK=157,80g SZH=264,20g CK=159,10g SZH=266,20g CK=160,40g SZH=268,20g CK=161,70g SZH=270,20g CK=163,00g SZH=272,20g CK=164,30g SZH=274,20g CK=165,60g SZH=276,20g CK=166,90g SZH=278,20g CK=168,20g SZH=280,20g CK=169,50g SZH=282,20g CK=170,80g SZH=284,20g CK=172,10g SZH=286,20g CK=173,40g SZH=288,20g CK=174,70g SZH=290,20g CK=176,00g SZH=292,20g CK=177,30g SZH=294,20g CK=178,60g SZH=296,20g CK=179,90g SZH=298,20g CK=181,20g SZH=300,20g CK=182,50g SZH=302,20g CK=183,80g SZH=304,20g CK=185,10g SZH=306,20g CK=186,40g SZH=308,20g CK=187,70g SZH=310,20g CK=189,00g SZH=312,20g CK=190,30g SZH=314,20g CK=191,60g SZH=316,20g CK=192,90g SZH=318,20g CK=194,20g SZH=320,20g CK=195,50g SZH=322,20g CK=196,80g SZH=324,20g CK=198,10g SZH=326,20g CK=199,40g SZH=328,20g CK=200,70g SZH=330,20g CK=202,00g SZH=332,20g CK=203,30g SZH=334,20g CK=204,60g SZH=336,20g CK=205,90g SZH=338,20g CK=207,20g SZH=340,20g CK=208,50g SZH=342,20g CK=209,80g SZH=344,20g CK=211,10g SZH=346,20g CK=212,40g SZH=348,20g CK=213,70g SZH=350,20g CK=215,00g SZH=352,20g CK=216,30g SZH=354,20g CK=217,60g SZH=356,20g CK=218,90g SZH=358,20g CK=220,20g SZH=360,20g CK=221,50g SZH=362,20g CK=222,80g SZH=364,20g CK=224,10g SZH=366,20g CK=225,40g SZH=368,20g CK=226,70g SZH=370,20g CK=228,00g SZH=372,20g CK=229,30g SZH=374,20g CK=230,60g SZH=376,20g CK=231,90g SZH=378,20g CK=233,20g SZH=380,20g CK=234,50g SZH=382,20g CK=235,80g SZH=384,20g CK=237,10g SZH=386,20g CK=238,40g SZH=388,20g CK=239,70g SZH=390,20g CK=241,00g SZH=392,20g CK=242,30g SZH=394,20g CK=243,60g SZH=396,20g CK=244,90g SZH=398,20g CK=246,20g SZH=400,20g CK=247,50g SZH=402,20g CK=248,80g SZH=404,20g CK=250,10g SZH=406,20g CK=251,40g SZH=408,20g CK=252,70g SZH=410,20g CK=254,00g SZH=412,20g CK=255,30g SZH=414,20g CK=256,60g SZH=416,20g CK=257,90g SZH=418,20g CK=259,20g SZH=420,20g CK=260,50g SZH=422,20g CK=261,80g SZH=424,20g CK=263,10g SZH=426,20g CK=264,40g SZH=428,20g CK=265,70g SZH=430,20g CK=267,00g SZH=432,20g CK=268,30g SZH=434,20g CK=269,60g SZH=436,20g CK=270,90g SZH=438,20g CK=272,20g SZH=440,20g CK=273,50g SZH=442,20g CK=274,80g SZH=444,20g CK=276,10g SZH=446,20g CK=277,40g SZH=448,20g CK=278,70g SZH=450,20g CK=280,00g SZH=452,20g CK=281,30g SZH=454,20g CK=282,60g SZH=456,20g CK=283,90g SZH=458,20g CK=285,20g SZH=460,20g CK=286,50g SZH=462,20g CK=287,80g SZH=464,20g CK=289,10g SZH=466,20g CK=290,40g SZH=468,20g CK=291,70g SZH=470,20g CK=293,00g SZH=472,20g CK=294,30g SZH=474,20g CK=295,60g SZH=476,20g CK=296,90g SZH=478,20g CK=298,20g SZH=480,20g CK=299,50g SZH=482,20g CK=300,80g SZH=484,20g CK=302,10g SZH=486,20g CK=303,40g SZH=488,20g CK=304,70g SZH=490,20g CK=306,00g SZH=492,20g CK=307,30g SZH=494,20g CK=308,60g SZH=496,20g CK=309,90g SZH=498,20g CK=311,20g SZH=500,20g CK=312,50g SZH=502,20g CK=313,80g SZH=504,20g CK=315,10g SZH=506,20g CK=316,40g SZH=508,20g CK=317,70g SZH=510,20g CK=319,00g SZH=512,20g CK=320,30g SZH=514,20g CK=321,60g SZH=516,20g CK=322,90g SZH=518,20g CK=324,20g SZH=520,20g CK=325,50g SZH=522,20g CK=326,80g SZH=524,20g CK=328,10g SZH=526,20g CK=329,40g SZH=528,20g CK=330,70g SZH=530,20g CK=332,00g SZH=532,20g CK=333,30g SZH=534,20g CK=334,60g SZH=536,20g CK=335,90g SZH=538,20g CK=337,20g SZH=540,20g CK=338,50g SZH=542,20g CK=339,80g SZH=544,20g CK=341,10g SZH=546,20g CK=342,40g SZH=548,20g CK=343,70g SZH=550,20g CK=345,00g SZH=552,20g CK=346,30g SZH=554,20g CK=347,60g SZH=556,20g CK=348,90g SZH=558,20g CK=350,20g SZH=560,20g CK=351,50g SZH=562,20g CK=352,80g SZH=564,20g CK=354,10g SZH=566,20g CK=355,40g SZH=568,20g CK=356,70g SZH=570,20g CK=358,00g SZH=572,20g CK=359,30g SZH=574,20g CK=360,60g SZH=576,20g CK=361,90g SZH=578,20g CK=363,20g SZH=580,20g CK=364,50g SZH=582,20g CK=365,80g SZH=584,20g CK=367,10g SZH=586,20g CK=368,40g SZH=588,20g CK=369,70g SZH=590,20g CK=371,00g SZH=592,20g CK=372,30g SZH=594,20g CK=373,60g SZH=596,20g CK=374,90g SZH=598,20g CK=376,20g SZH=600,20g CK=377,50g SZH=602,20g CK=378,80g SZH=604,20g CK=380,10g SZH=606,20g CK=381,40g SZH=608,20g CK=382,70g SZH=610,20g CK=384,00g SZH=612,20g CK=385,30g SZH=614,20g CK=386,60g SZH=616,20g CK=387,90g SZH=618,20g CK=389,20g SZH=620,20g CK=390,50g SZH=622,20g CK=391,80g SZH=624,20g CK=393,10g SZH=626,20g CK=394,40g SZH=628,20g CK=395,70g SZH=630,20g CK=397,00g SZH=632,20g CK=398,30g SZH=634,20g CK=399,60g SZH=636,20g CK=400,90g SZH=638,20g CK=402,20g SZH=640,20g CK=403,50g SZH=642,20g CK=404,80g SZH=644,20g CK=406,10g SZH=646,20g CK=407,40g SZH=648,20g CK=408,70g SZH=650,20g CK=410,00g SZH=652,20g CK=411,30g SZH=654,20g CK=412,60g SZH=656,20g CK=413,90g SZH=658,20g CK=415,20g SZH=660,20g CK=416,50g SZH=662,20g CK=417,80g SZH=664,20g CK=419,10g SZH=666,20g CK=420,40g SZH=668,20g CK=421,70g SZH=670,20g CK=423,00g SZH=672,20g CK=424,30g SZH=674,20g CK=425,60g SZH=676,20g CK=426,90g SZH=678,20g CK=428,20g SZH=680,20g CK=429,50g SZH=682,20g CK=430,80g SZH=684,20g CK=432,10g SZH=686,20g CK=433,40g SZH=688,20g CK=434,70g SZH=690,20g CK=436,00g SZH=692,20g CK=437,30g SZH=694,20g CK=438,60g SZH=696,20g CK=439,90g SZH=698,20g CK=441,20g SZH=700,20g CK=442,50g SZH=702,20g CK=443,80g SZH=704,20g CK=445,10g SZH=706,20g CK=446,40g SZH=708,20g CK=447,70g SZH=710,20g CK=449,00g SZH=712,20g CK=450,30g SZH=714,20g CK=451,60g SZH=716,20g CK=452,90g SZH=718,20g CK=454,20g SZH=720,20g CK=455,50g SZH=722,20g CK=456,80g SZH=724,20g CK=458,10g SZH=726,20g CK=459,40g SZH=728,20g CK=460,70g SZH=730,20g CK=462,00g SZH=732,20g CK=463,30g SZH=734,20g CK=464,60g SZH=736,20g CK=465,90g SZH=738,20g CK=467,20g SZH=740,20g CK=468,50g SZH=742,20g CK=469,80g SZH=744,20g CK=471,10g SZH=746,20g CK=472,40g SZH=748,20g CK=473,70g SZH=750,20g CK=475,00g SZH=752,20g CK=476,30g SZH=754,20g CK=477,60g SZH=756,20g CK=478,90g SZH=758,20g CK=480,20g SZH=760,20g CK=481,50g SZH=762,20g CK=482,80g SZH=764,20g CK=484,10g SZH=766,20g CK=485,40g SZH=768,20g CK=486,70g SZH=770,20g CK=488,00g SZH=772,20g CK=489,30g SZH=774,20g CK=490,60g SZH=776,20g CK=491,90g SZH=778,20g CK=493,20g SZH=780,20g CK=494,50g SZH=782,20g CK=495,80g SZH=784,20g CK=497,10g SZH=786,20g CK=498,40g SZH=788,20g CK=499,70g SZH=790,20g CK=501,00g SZH=792,20g CK=502,30g SZH=794,20g CK=503,60g SZH=796,20g CK=504,90g SZH=798,20g CK=506,20g SZH=800,20g CK=507,50g SZH=802,20g CK=508,80g SZH=804,20g CK=510,10g SZH=806,20g CK=511,40g SZH=808,20g CK=512,70g SZH=810,20g CK=514,00g SZH=812,20g CK=515,30g SZH=814,20g CK=516,60g SZH=816,20g CK=517,90g SZH=818,20g CK=519,20g SZH=820,20g CK=520,50g SZH=822,20g CK=521,80g SZH=824,20g CK=523,10g SZH=826,20g CK=524,40g SZH=828,20g CK=525,70g SZH=830,20g CK=527,00g SZH=832,20g CK=528,30g SZH=834,20g CK=529,60g SZH=836,20g CK=530,90g SZH=838,20g CK=532,20g SZH=840,20g CK=533,50g SZH=842,20g CK=534,80g SZH=844,20g CK=536,10g SZH=846,20g CK=537,40g SZH=848,20g CK=538,70g SZH=850,20g CK=540,00g SZH=852,20g CK=541,30g SZH=854,20g CK=542,60g SZH=856,20g CK=543,90g SZH=858,20g CK=545,20g SZH=860,20g CK=546,50g SZH=862,20g CK=547,80g SZH=864,20g CK=549,10g SZH=866,20g CK=550,40g SZH=868,20g CK=551,70g SZH=870,20g CK=553,00g SZH=872,20g CK=554,30g SZH=874,20g CK=555,60g SZH=876,20g CK=556,90g SZH=878,20g CK=558,20g SZH=880,20g CK=559,50g SZH=882,20g CK=560,80g SZH=884,20g CK=562,10g SZH=886,20g CK=563,40g SZH=888,20g CK=564,70g SZH=890,20g CK=566,00g SZH=892,20g CK=567,30g SZH=894,20g CK=568,60g SZH=896,20g CK=569,90g SZH=898,20g CK=571,20g SZH=900,20g CK=572,50g SZH=902,20g CK=573,80g SZH=904,20g CK=575,10g SZH=906,20g CK=576,40g SZH=908,20g CK=577,70g SZH=910,20g CK=579,00g SZH=912,20g CK=580,30g SZH=914,20g CK=581,60g SZH=916,20g CK=582,90g SZH=918,20g CK=584,20g SZH=920,20g CK=585,50g SZH=922,20g CK=586,80g SZH=924,20g CK=588,10g SZH=926,20g CK=589,40g SZH=928,20g CK=590,70g SZH=930,20g CK=592,00g SZH=932,20g CK=593,30g SZH=934,20g CK=594,60g SZH=936,20g CK=595,90g SZH=938,20g CK=597,20g SZH=940,20g CK=598,50g SZH=942,20g CK=599,80g SZH=944,20g CK=601,10g SZH=946,20g CK=602,40g SZH=948,20g CK=603,70g SZH=950,20g CK=605,00g SZH=952,20g CK=606,30g SZH=954,20g CK=607,60g SZH=956,20g CK=608,90g SZH=958,20g CK=610,20g SZH=960,20g CK=611,50g SZH=962,20g CK=612,80g SZH=964,20g CK=614,10g SZH=966,20g CK=615,40g SZH=968,20g CK=616,70g SZH=970,20g CK=618,00g SZH=972,20g CK=619,30g SZH=974,20g CK=620,60g SZH=976,20g CK=621,90g SZH=978,20g CK=623,20g SZH=980,20g CK=624,50g SZH=982,20g CK=625,80g SZH=984,20g CK=627,10g SZH=986,20g CK=628,40g SZH=988,20g CK=629,70g SZH=990,20g CK=631,00g SZH=992,20g CK=632,30g SZH=994,20g CK=633,60g SZH=996,20g CK=634,90g SZH=998,20g CK=636,20g SZH=1000,20g CK=637,50g SZH=1002,20g CK=638,80g SZH=1004,20g CK=640,10g SZH=1006,20g CK=641,40g SZH=1008,20g CK=642,70g SZH=1010,20g CK=644,00g SZH=1012,20g CK=645,30g SZH=1014,20g CK=646,60g SZH=1016,20g CK=647,90g SZH=1018,20g CK=649,20g SZH=1020,20g CK=650,50g SZH=1022,20g CK=651,80g SZH=1024,20g CK=653,10g SZH=1026,20g CK=654,40g SZH=1028,20g CK=655,70g SZH=1030,20g CK=657,00g SZH=1032,20g CK=658,30g SZH=1034,20g CK=659,60g SZH=1036,20g CK=660,90g SZH=1038,20g CK=662,20g SZH=1040,20g CK=663,50g SZH=1042,20g CK=664,80g SZH=1044,20g CK=666,10g SZH=1046,20g CK=667,40g SZH=1048,20g CK=668,70g SZH=1050,20g CK=670,00g SZH=1052,20g CK=671,30g SZH=1054,20g CK=672,60g SZH=1056,20g CK=673,90g SZH=1058,20g CK=675,20g SZH=1060,20g CK=676,50g SZH=1062,20g CK=677,80g SZH=1064,20g CK=679,10g SZH=1066,20g CK=680,40g SZH=1068,20g CK=681,70g SZH=1070,20g CK=683,00g SZH=1072,20g CK=684,30g SZH=1074,20g CK=685,60g SZH=1076,20g CK=686,90g SZH=1078,20g CK=688,20g SZH=1080,20g CK=689,50g SZH=1082,20g CK=690,80g SZH=1084,20g CK=692,10g SZH=1086,20g CK=693,40g SZH=1088,20g CK=694,70g SZH=1090,20g CK=696,00g SZH=1092,20g CK=697,30g SZH=1094,20g CK=698,60g SZH=1096,20g CK=699,90g SZH=1098,20g CK=701,20g SZH=1100,20g CK=702,50g SZH=1102,20g CK=703,80g SZH=1104,20g CK=705,10g SZH=1106,20g CK=706,40g SZH=1108,20g CK=707,70g SZH=1110,20g CK=709,00g SZH=1112,20g CK=710,30g SZH=1114,20g CK=711,60g SZH=1116,20g CK=712,90g SZH=1118,20g CK=714,20g SZH=1120,20g CK=715,50g SZH=1122,20g CK=716,80g SZH=1124,20g CK=718,10g SZH=1126,20g CK=719,40g SZH=1128,20g CK=720,70g SZH=1130,20g CK=722,00g SZH=1132,20g CK=723,30g SZH=1134,20g CK=724,60g SZH=1136,20g CK=725,90g SZH=1138,20g CK=727,20g SZH=1140,20g CK=728,50g SZH=1142,20g CK=729,80g SZH=1144,20g CK=731,10g SZH=1146,20g CK=732,40g SZH=1148,20g CK=733,70g SZH=1150,20g CK=735,00g SZH=1152,20g CK=736,30g SZH=1154,20g CK=737,60g SZH=1156,20g CK=738,90g SZH=1158,20g CK=740,20g SZH=1160,20g CK=741,50g SZH=1162,20g CK=742,8					

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma mártás tejmentes 'cukormentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	105,00kcal	1,10g	2,00g	19,30g	12,10g	0,00g	0,20g
Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,80kcal	0,70g	0,10g	13,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,10kcal	17,60g	9,10g	13,60g	4,40g	0,20g	0,40g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,30kcal	16,90g	8,30g	1,10g	0,30g	0,10g	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', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	312,90kcal	13,80g	10,00g	40,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,80g	6,90g	0,90g	0,20g	0,00g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bebo margarin 10g 'dupla' Összetétel: Bebo mini margarin	63,00kcal	0,00g	7,00g	0,00g	0,00g	0,00g	1,40g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,90kcal	16,90g	8,30g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,90kcal	3,50g	0,50g	11,50g	1,70g	0,20g	0,00g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kóménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,60g	2,20g	18,60g	1,00g	0,00g	0,20g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,50kcal	11,10g	7,30g	4,60g	0,20g	0,00g	0,50g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 50g 'Eurofood' 'dupla' Összetétel: Csirke májaskrém 50g	264,00kcal	11,30g	21,90g	4,90g	0,00g	1,30g	5,50g
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,90kcal	16,90g	7,90g	1,30g	0,30g	0,10g	0,40g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,00g	2,10g	9,20g	1,10g	0,00g	0,20g
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	7,30g	3,60g	25,10g	8,00g	0,30g	0,60g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
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	151,20kcal	5,50g	8,40g	12,70g	0,60g	0,80g	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	71,00kcal	2,40g	2,20g	10,20g	0,30g	0,10g	0,20g
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	79,30kcal	2,80g	2,20g	11,80g	1,00g	0,10g	0,20g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,90kcal	13,20g	8,60g	0,80g	0,30g	0,30g	0,40g
Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,40kcal	4,40g	7,90g	60,20g	0,40g	0,30g	0,70g
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,30kcal	5,10g	4,30g	37,50g	0,30g	0,10g	0,40g
Harcspástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' Összetétel: Zöldfűszeres harcspástétom	200,40kcal	5,20g	18,20g	3,50g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,40kcal	4,30g	5,70g	0,10g	0,00g	0,10g	0,80g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,00kcal	15,30g	7,30g	3,20g	0,30g	0,50g	0,40g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,10kcal	13,00g	19,20g	46,90g	0,30g	0,40g	0,40g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,80kcal	1,30g	0,20g	4,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Kockasajt 'dupla' Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,80kcal	17,00g	10,10g	0,70g	0,10g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,10kcal	2,90g	1,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy: kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	222,10kcal	4,50g	5,90g	37,10g	0,80g	0,00g	0,60g
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	105,80kcal	2,10g	3,00g	16,50g	0,90g	0,20g	0,50g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,30kcal	13,30g	12,70g	2,00g	0,40g	0,40g	1,50g
Meggyleves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy: meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,50kcal	1,20g	0,20g	14,60g	10,40g	0,00g	0,00g
Meggy mártás (diab.tejment) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy: meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	118,30kcal	1,70g	3,00g	20,60g	12,70g	0,20g	0,30g
Milánói makaróni 'Cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy: gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	433,50kcal	14,80g	18,50g	50,00g	3,00g	0,20g	0,30g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,20kcal	17,40g	13,30g	3,60g	0,30g	0,00g	0,70g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,70g	0,00g	9,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,50kcal	17,20g	12,10g	5,10g	0,20g	0,30g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,20kcal	2,40g	3,00g	46,20g	0,00g	0,10g	0,20g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,90kcal	22,20g	16,40g	39,20g	0,80g	0,10g	1,00g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,50kcal	9,50g	4,20g	6,50g	0,00g	0,90g	0,40g
Paradicsom leves 'Cukormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	58,00kcal	1,80g	0,30g	11,70g	2,50g	0,10g	0,00g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Paradicsomos káposzta cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,60kcal	3,90g	2,40g	16,60g	3,00g	0,10g	0,20g
Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	164,30kcal	3,80g	8,30g	18,70g	0,00g	0,30g	0,80g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	280,00kcal	16,40g	20,00g	7,50g	0,00g	0,30g	2,30g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,50kcal	2,50g	3,50g	31,90g	0,00g	0,10g	0,40g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	119,50kcal	6,00g	2,30g	18,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,70kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,60kcal	2,30g	1,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Pírított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,70kcal	2,00g	6,10g	14,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Pírított tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,50kcal	2,40g	6,70g	46,50g	0,10g	0,30g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaraguleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,50kcal	11,10g	6,60g	5,70g	0,50g	0,30g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pirítasin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	335,60kcal	20,30g	11,90g	32,40g	2,90g	0,40g	0,60g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rizseshús 'sertés' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	310,00kcal	13,70g	9,90g	40,50g	0,30g	0,40g	0,60g
Sajtos tészta (diabetikus) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	329,20kcal	9,10g	11,50g	46,60g	0,00g	0,40g	4,20g
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,90kcal	17,40g	10,30g	5,80g	0,40g	0,10g	0,40g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,30kcal	17,60g	10,30g	7,90g	0,40g	0,30g	0,40g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' 'dupla' 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'	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,40kcal	9,60g	4,30g	5,60g	0,00g	0,80g	0,40g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Szilvaleves (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,40kcal	0,90g	0,70g	9,70g	5,20g	0,00g	0,00g
Tarhonyaleves (burgonyamentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,20g	2,20g	11,40g	1,00g	0,20g	0,20g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,20g	4,60g	6,80g	0,80g	0,30g	0,20g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,90g	2,80g	0,40g	0,00g	0,40g	1,00g
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,70kcal	0,00g	0,00g	0,10g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.01.01.-től 2026.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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%'	229,00kcal	8,70g	3,30g	41,00g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,30g	1,40g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,20g	0,00g	0,50g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigó uborka, Só 'jódozott'	8,50kcal	0,70g	0,10g	1,20g	0,00g	0,10g	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	212,50kcal	17,80g	13,30g	4,50g	0,50g	0,20g	0,60g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,20g	16,30g	4,80g	0,30g	0,10g	0,20g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,20kcal	13,10g	8,70g	4,20g	0,10g	0,30g	0,60g
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zöldbabfőzelék (tejfölös,cukormentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,30kcal	4,40g	5,10g	15,20g	3,30g	0,10g	0,50g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,20kcal	3,20g	1,30g	12,10g	3,00g	0,10g	0,10g
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	202,10kcal	9,60g	4,90g	28,10g	8,30g	0,20g	0,90g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.01.01.-tól 2026.01.31.-ig

[illegible]