

HÉTFŐ 2023.10.02.		KEDD 2023.10.03.		SZERDA 2023.10.04.		CSÜTÖRTÖK 2023.10.05.		PÉNTEK 2023.10.06.											
Tízórai		Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Tárkonyos csirkereguleves (gluténmentes); KAKAÓS CSIGA GLUTÉNMENTES; Alma;											
Ebéd A		Csontleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldségleves 'lisztmentes'; Tarhonyás csirke 'lisztmentes'; Uborkasaláta;		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizi-bizi; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Brokkoli krémleves 'Tej-,lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;											
Uzsonna		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Citrémajkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';											
Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Ovoda: EN=685,02kcal Iskola: EN=708,20kcal Kiskola: EN=1.286,24kcal FH=47,73g ZS=13,95g FH=50,11g ZS=14,97g FH=95,16g ZS=27,82g SZH=92,38g CK=21,48g SZH=93,95g CK=21,52g SZH=164,35g CK=32,07g SÓ=3,88g TZS=1,73g SÓ=3,88g TZS=1,73g SÓ=7,74g TZS=3,43g		Ovoda: EN=657,63kcal Iskola: EN=790,92kcal Kiskola: EN=1.075,30kcal FH=28,81g ZS=27,56g FH=33,86g ZS=34,90g FH=49,63g ZS=39,71g SZH=71,78g CK=13,36g SZH=82,81g CK=16,37g SZH=126,93g CK=20,41g SÓ=1,30g TZS=1,50g SÓ=1,58g TZS=1,77g SÓ=2,91g TZS=2,12g		Ovoda: EN=457,09kcal Iskola: EN=573,69kcal Kiskola: EN=703,66kcal FH=22,16g ZS=13,53g FH=27,90g ZS=17,10g FH=31,70g ZS=21,05g SZH=59,12g CK=6,41g SZH=72,44g CK=7,93g SZH=92,98g CK=9,44g SÓ=0,34g TZS=0,89g SÓ=0,66g TZS=1,20g SÓ=0,85g TZS=1,46g		Ovoda: EN=635,05kcal Iskola: EN=657,29kcal Kiskola: EN=1.241,48kcal FH=46,26g ZS=16,32g FH=48,33g ZS=16,67g FH=83,55g ZS=29,31g SZH=76,25g CK=6,47g SZH=78,94g CK=6,49g SZH=151,82g CK=11,94g SÓ=4,24g TZS=2,53g SÓ=4,84g TZS=2,67g SÓ=8,93g TZS=4,43g		Ovoda: EN=693,57kcal Iskola: EN=693,57kcal Kiskola: EN=1.262,64kcal FH=49,30g ZS=21,37g FH=49,30g ZS=21,37g FH=94,90g ZS=33,85g SZH=76,53g CK=7,44g SZH=76,53g CK=7,44g SZH=147,06g CK=8,88g SÓ=3,99g TZS=6,00g SÓ=3,99g TZS=6,00g SÓ=7,83g TZS=7,70g		Ovoda: EN=639,17kcal Iskola: EN=677,77kcal Kiskola: EN=1.266,74kcal FH=46,80g ZS=18,97g FH=49,40g ZS=21,97g FH=94,90g ZS=35,95g SZH=70,83g CK=1,48g SZH=71,13g CK=1,52g SZH=141,81g CK=2,98g SÓ=4,17g TZS=3,48g SÓ=4,50g TZS=4,56g SÓ=8,50g TZS=6,80g		Ovoda: EN=643,87kcal Iskola: EN=780,69kcal Kiskola: EN=1.064,79kcal FH=28,22g ZS=16,47g FH=33,30g ZS=19,53g FH=50,30g ZS=21,54g SZH=64,34g CK=6,08g SZH=133,07g CK=26,17g SZH=185,17g CK=35,04g SÓ=2,34g TZS=1,83g SÓ=2,66g TZS=2,14g SÓ=4,09g TZS=2,45g		Ovoda: EN=510,61kcal Iskola: EN=672,82kcal Kiskola: EN=785,07kcal FH=28,93g ZS=12,75g FH=38,46g ZS=17,94g FH=43,18g ZS=20,28g SZH=64,34g CK=6,08g SZH=82,21g CK=7,73g SZH=98,84g CK=9,28g SÓ=0,63g TZS=2,18g SÓ=1,15g TZS=3,91g SÓ=1,20g TZS=4,14g		Ovoda: EN=663,07kcal Iskola: EN=663,07kcal Kiskola: EN=1.294,64kcal FH=44,20g ZS=15,97g FH=44,20g ZS=15,97g FH=88,40g ZS=28,45g SZH=85,53g CK=14,69g SZH=85,53g CK=14,69g SZH=171,09g CK=29,38g SÓ=3,84g TZS=2,40g SÓ=3,84g TZS=2,40g SÓ=7,68g TZS=4,10g	



SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyér utcái út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: email@sulli-host.hu

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Teljes 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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Élesztőszer; 16=Phenolok

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.sulli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sulli-Host
Étkezletési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2023.10.09.		KEDD 2023.10.10.		SZERDA 2023.10.11.		CSÜTÖRTÖK 2023.10.12.		PÉNTEK 2023.10.13.			
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai			
Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Babgyulas leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Alma;		Ebéd A		Ebéd A		Ebéd A			
Ovoda: EN=762,27kcal FH=51,91g ZS=26,99g SZH=76,30g CK=7,50g SO=4,38g Tzs=6,53g		Ovoda: EN=562,35kcal FH=29,78g ZS=11,11g SZH=65,18g CK=32,56g SO=0,48g Tzs=0,92g		Ovoda: EN=596,40kcal FH=22,47g ZS=22,25g SZH=59,04g CK=21,77g SO=0,29g Tzs=0,13g		Ovoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=23,19g SO=1,11g Tzs=1,29g		Ovoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=23,19g SO=1,11g Tzs=1,29g		Ovoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=23,19g SO=1,11g Tzs=1,29g	
Iskola: EN=762,27kcal FH=51,91g ZS=26,99g SZH=76,30g CK=7,50g SO=4,38g Tzs=6,53g		Iskola: EN=705,73kcal FH=35,68g ZS=13,76g SZH=121,42g CK=43,28g SO=0,69g Tzs=3,48g		Iskola: EN=611,48kcal FH=30,12g ZS=17,52g SZH=59,04g CK=30,59g SO=0,50g Tzs=0,94g		Iskola: EN=671,93kcal FH=30,34g ZS=19,92g SZH=85,29g CK=31,31g SO=1,57g Tzs=1,48g		Iskola: EN=671,93kcal FH=30,34g ZS=19,92g SZH=85,29g CK=31,31g SO=1,57g Tzs=1,48g		Iskola: EN=671,93kcal FH=30,34g ZS=19,92g SZH=85,29g CK=31,31g SO=1,57g Tzs=1,48g	
Kisiskola: EN=1.431,54kcal FH=98,72g ZS=48,59g SZH=160,80g CK=9,00g SO=8,61g Tzs=9,46g		Kisiskola: EN=884,14kcal FH=43,75g ZS=16,53g SZH=153,69g CK=56,28g SO=0,74g Tzs=4,03g		Kisiskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=20,07g SO=1,10g Tzs=2,25g		Kisiskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=20,07g SO=1,10g Tzs=2,25g		Kisiskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=20,07g SO=1,10g Tzs=2,25g		Kisiskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=20,07g SO=1,10g Tzs=2,25g	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Tarthonyaleves 'lisztmentes'; Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment.; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	
Ovoda: EN=778,97kcal FH=52,30g ZS=22,95g SZH=91,16g CK=2,14g SO=4,32g Tzs=6,93g		Ovoda: EN=648,27kcal FH=47,59g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SO=4,23g Tzs=3,35g		Ovoda: EN=648,27kcal FH=47,59g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SO=4,23g Tzs=3,35g		Ovoda: EN=614,57kcal FH=46,26g ZS=16,32g SZH=71,21g CK=1,44g SO=4,34g Tzs=2,53g		Ovoda: EN=614,57kcal FH=46,26g ZS=16,32g SZH=71,21g CK=1,44g SO=4,34g Tzs=2,53g		Ovoda: EN=614,57kcal FH=46,26g ZS=16,32g SZH=71,21g CK=1,44g SO=4,34g Tzs=2,53g	
Iskola: EN=810,37kcal FH=54,90g ZS=25,25g SZH=91,23g CK=2,14g SO=4,38g Tzs=6,43g		Iskola: EN=771,53kcal FH=28,32g ZS=28,38g SZH=97,11g CK=1,77g SO=0,89g Tzs=1,84g		Iskola: EN=771,53kcal FH=28,32g ZS=28,38g SZH=97,11g CK=1,77g SO=0,89g Tzs=1,84g		Iskola: EN=628,57kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=71,88g CK=1,44g SO=4,84g Tzs=2,67g		Iskola: EN=628,57kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=71,88g CK=1,44g SO=4,84g Tzs=2,67g		Iskola: EN=628,57kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=71,88g CK=1,44g SO=4,84g Tzs=2,67g	
Kisiskola: EN=1.410,84kcal FH=101,70g ZS=40,03g SZH=161,81g CK=22,88g SO=8,61g Tzs=11,63g		Kisiskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=20,07g SO=1,10g Tzs=2,25g		Kisiskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=20,07g SO=1,10g Tzs=2,25g		Kisiskola: EN=1.204,64kcal FH=93,59g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SO=8,93g Tzs=4,43g		Kisiskola: EN=1.204,64kcal FH=93,59g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SO=8,93g Tzs=4,43g		Kisiskola: EN=1.204,64kcal FH=93,59g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SO=8,93g Tzs=4,43g	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Gomba leves 'lisztmentes'; Sertés sült; Meggy mártás 'Liszt-, tejmentes'; Főtt burgonya; Alma; Bebo margarin 10g; CÍROK BUCI;		Alma; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Zala Koméja; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Tej (2)*; Zala Koméja; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
Ovoda: EN=730,77kcal FH=53,30g ZS=22,00g SZH=80,54g CK=10,68g SO=4,37g Tzs=5,28g		Ovoda: EN=753,59kcal FH=37,34g ZS=23,18g SZH=95,00g CK=9,74g SO=1,89g Tzs=2,91g		Ovoda: EN=753,59kcal FH=37,34g ZS=23,18g SZH=95,00g CK=9,74g SO=1,89g Tzs=2,91g		Ovoda: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=85,53g CK=14,69g SO=3,84g Tzs=2,40g		Ovoda: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=85,53g CK=14,69g SO=3,84g Tzs=2,40g		Ovoda: EN=730,77kcal FH=53,30g ZS=22,00g SZH=80,54g CK=10,68g SO=4,37g Tzs=5,28g	
Iskola: EN=730,77kcal FH=53,30g ZS=22,00g SZH=80,54g CK=10,68g SO=4,37g Tzs=5,28g		Iskola: EN=913,56kcal FH=44,30g ZS=29,30g SZH=112,98g CK=11,37g SO=2,14g Tzs=3,51g		Iskola: EN=913,56kcal FH=44,30g ZS=29,30g SZH=112,98g CK=11,37g SO=2,14g Tzs=3,51g		Iskola: EN=628,57kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=71,88g CK=1,44g SO=4,84g Tzs=2,67g		Iskola: EN=628,57kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=71,88g CK=1,44g SO=4,84g Tzs=2,67g		Iskola: EN=730,77kcal FH=53,30g ZS=22,00g SZH=80,54g CK=10,68g SO=4,37g Tzs=5,28g	
Kisiskola: EN=1.405,34kcal FH=104,80g ZS=40,51g SZH=156,63g CK=16,78g SO=8,80g Tzs=9,50g		Kisiskola: EN=1.216,36kcal FH=61,59g ZS=33,82g SZH=160,23g CK=13,65g SO=3,54g Tzs=4,09g		Kisiskola: EN=917,37kcal FH=31,90g ZS=33,54g SZH=117,75g CK=20,07g SO=1,10g Tzs=2,25g		Kisiskola: EN=1.204,64kcal FH=93,59g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SO=8,93g Tzs=4,43g		Kisiskola: EN=1.204,64kcal FH=93,59g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SO=8,93g Tzs=4,43g		Kisiskola: EN=1.204,64kcal FH=93,59g ZS=29,31g SZH=142,75g CK=2,88g SO=8,93g Tzs=4,43g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



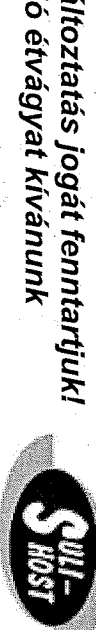
SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertvárosi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sull-host.hu

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

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

Sull-Host
Étkezeltési
Rendszer 3.0

HÉTFO 2023.10.16.	KEDD 2023.10.17.	SZERDA 2023.10.18.	CSÜTÖRTÖK 2023.10.19.	PÉNTEK 2023.10.20.
<p>Tízórai</p> <p>Tea csipkebovó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;</p>	<p>Ebéd A</p> <p>Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;</p>	<p>Uzsonna</p> <p>Kefir (2)*; CIFROK BUCI;</p>	<p>Tízórai</p> <p>Tea csipkebovó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;</p>	<p>Ebéd A</p> <p>Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;</p>
<p>Téj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Csonleves; Rakott zöldbab tejfőös (2)*; Alma;</p>	<p>Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Téj (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;</p>	<p>Rostos almale; Trappista saji (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p>Övoda: EN=627,05kcal FH=4,56g ZS=16,06g SZH=76,47g CK=6,47g SO=3,84g Tzs=2,40g</p> <p>Iskola: EN=639,29kcal FH=4,80g ZS=16,12g SZH=79,09g CK=8,49g SO=3,84g Tzs=2,40g</p> <p>Kisiskola: EN=1,218,48kcal FH=9,129g ZS=28,63g SZH=151,93g CK=11,94g SO=7,68g Tzs=4,10g</p>	<p>Övoda: EN=453,39kcal FH=16,80g ZS=8,18g SZH=77,14g CK=12,50g SO=0,89g Tzs=0,58g</p> <p>Iskola: EN=629,68kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=101,73g CK=16,24g SO=1,37g Tzs=1,05g</p> <p>Kisiskola: EN=1,774,57kcal FH=29,08g ZS=16,71g SZH=124,82g CK=20,61g SO=1,72g Tzs=1,18g</p>	<p>Övoda: EN=653,38kcal FH=25,68g ZS=18,14g SZH=77,70g CK=4,88g SO=1,66g Tzs=1,52g</p> <p>Iskola: EN=762,26kcal FH=41,16g ZS=25,17g SZH=87,08g CK=5,49g SO=2,12g Tzs=1,81g</p> <p>Kisiskola: EN=1,020,53kcal FH=57,03g ZS=28,33g SZH=129,01g CK=7,28g SO=3,29g Tzs=2,19g</p>	<p>Övoda: EN=692,17kcal FH=50,70g ZS=19,00g SZH=80,24g CK=10,64g SO=4,04g Tzs=4,20g</p> <p>Iskola: EN=716,57kcal FH=52,45g ZS=19,77g SZH=82,88g CK=12,94g SO=4,09g Tzs=4,65g</p> <p>Kisiskola: EN=1,308,94kcal FH=98,30g ZS=33,01g SZH=155,88g CK=1,66g SO=7,98g Tzs=6,80g</p>	<p>Övoda: EN=778,97kcal FH=52,30g ZS=22,95g SZH=91,18g CK=21,44g SO=4,42g Tzs=6,93g</p> <p>Iskola: EN=810,37kcal FH=54,90g ZS=25,25g SZH=91,23g CK=21,44g SO=4,48g Tzs=8,44g</p> <p>Kisiskola: EN=1,410,84kcal FH=101,70g ZS=40,03g SZH=161,81g CK=22,88g SO=8,48g Tzs=11,63g</p>
<p>Övoda: EN=91,40kcal FH=4,81g ZS=5,29g SZH=46,81g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Iskola: EN=91,40kcal FH=4,81g ZS=5,29g SZH=46,81g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Kisiskola: EN=92,81kcal FH=4,89g ZS=5,39g SZH=46,14g CK=1,50g SO=4,16g Tzs=3,46g</p>	<p>Övoda: EN=91,40kcal FH=4,81g ZS=5,29g SZH=46,81g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Iskola: EN=91,40kcal FH=4,81g ZS=5,29g SZH=46,81g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Kisiskola: EN=92,81kcal FH=4,89g ZS=5,39g SZH=46,14g CK=1,50g SO=4,16g Tzs=3,46g</p>	<p>Övoda: EN=91,40kcal FH=4,81g ZS=5,29g SZH=46,81g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Iskola: EN=91,40kcal FH=4,81g ZS=5,29g SZH=46,81g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Kisiskola: EN=92,81kcal FH=4,89g ZS=5,39g SZH=46,14g CK=1,50g SO=4,16g Tzs=3,46g</p>	<p>Övoda: EN=639,17kcal FH=46,80g ZS=18,97g SZH=70,82g CK=1,48g SO=4,17g Tzs=3,48g</p> <p>Iskola: EN=677,77kcal FH=49,40g ZS=21,97g SZH=71,13g CK=1,52g SO=4,50g Tzs=4,56g</p> <p>Kisiskola: EN=1,286,14kcal FH=94,90g ZS=35,95g SZH=141,81g CK=2,98g SO=8,50g Tzs=6,80g</p>	<p>Övoda: EN=669,27kcal FH=46,81g ZS=21,59g SZH=72,30g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Iskola: EN=669,27kcal FH=46,81g ZS=21,59g SZH=72,30g CK=1,50g SO=4,23g Tzs=2,93g</p> <p>Kisiskola: EN=1,336,54kcal FH=93,62g ZS=43,19g SZH=144,60g CK=3,00g SO=8,48g Tzs=5,88g</p>



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;
TZS=Tejfehérje 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=Csilagfű; 15=Édesfűszeg; 16=Puhatestűek

Détás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Sull-Host Étkészítési Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2023.10.23.		KEDD 2023.10.24.		SZERDA 2023.10.25.		CSÜTÖRTÖK 2023.10.26.		PÉNTEK 2023.10.27.	
Téj (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Téj (2)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Téj (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tea citromos; Körözött házi (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
Meggyleves 'liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya;		Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökfőzelék tejfőlös 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	
Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; CIROK BUCI;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Ovoda: EN=728,77kcal FH=52,40g ZS=22,37g SZH=80,13g CK=10,76g SO=4,44g Tzs=5,40g		Ovoda: EN=541,15kcal FH=21,96g ZS=20,69g SZH=64,79g CK=2,06g SO=0,37g Tzs=1,22g		Ovoda: EN=670,24kcal FH=38,40g ZS=20,32g SZH=75,69g CK=16,99g SO=1,62g Tzs=1,79g		Ovoda: EN=476,01kcal FH=23,85g ZS=12,98g SZH=61,06g CK=12,82g SO=0,42g Tzs=0,64g		Ovoda: EN=715,90kcal FH=28,56g ZS=32,17g SZH=74,69g CK=10,73g SO=1,63g Tzs=2,00g	
Iskola: EN=790,97kcal FH=59,95g ZS=26,52g SZH=82,83g CK=13,18g SO=4,89g Tzs=7,05g		Iskola: EN=709,61kcal FH=28,15g ZS=27,20g SZH=68,29g CK=3,59g SO=0,69g Tzs=1,64g		Iskola: EN=778,09kcal FH=43,86g ZS=24,34g SZH=86,53g CK=22,98g SO=1,77g Tzs=2,07g		Iskola: EN=615,79kcal FH=29,73g ZS=17,60g SZH=74,49g CK=18,41g SO=0,84g Tzs=0,94g		Iskola: EN=879,47kcal FH=33,74g ZS=41,68g SZH=89,76g CK=13,73g SO=1,93g Tzs=2,51g	
Kisiskola: EN=1402,14kcal FH=102,70g ZS=41,43g SZH=155,86g CK=16,98g SO=8,99g Tzs=9,80g		Kisiskola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=32,86g SZH=104,21g CK=4,28g SO=0,87g Tzs=2,05g		Kisiskola: EN=1092,57kcal FH=62,27g ZS=28,73g SZH=135,31g CK=31,92g SO=2,97g Tzs=2,54g		Kisiskola: EN=725,35kcal FH=33,79g ZS=20,08g SZH=65,13g CK=22,43g SO=1,15g Tzs=1,11g		Kisiskola: EN=1169,32kcal FH=49,70g ZS=46,82g SZH=132,02g CK=17,85g SO=3,23g Tzs=3,89g	
Ovoda: EN=696,57kcal FH=49,36g ZS=21,31g SZH=77,13g CK=7,14g SO=3,99g Tzs=5,85g		Ovoda: EN=634,67kcal FH=44,64g ZS=15,97g SZH=81,23g CK=1,44g SO=3,84g Tzs=2,40g		Ovoda: EN=38,90kcal FH=0,37g ZS=3,63g SZH=1,12g CK=0,00g SO=0,01g Tzs=0,71g		Ovoda: EN=634,67kcal FH=44,64g ZS=15,97g SZH=81,23g CK=1,44g SO=3,84g Tzs=2,40g		Ovoda: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=85,53g CK=1,46g SO=3,84g Tzs=2,40g	
Iskola: EN=700,57kcal FH=49,60g ZS=21,37g SZH=77,73g CK=7,14g SO=3,99g Tzs=5,85g		Iskola: EN=1169,32kcal FH=49,70g ZS=46,82g SZH=132,02g CK=17,85g SO=3,23g Tzs=3,89g		Iskola: EN=42,90kcal FH=0,61g ZS=3,69g SZH=1,72g CK=0,00g SO=0,01g Tzs=0,71g		Iskola: EN=647,07kcal FH=44,80g ZS=15,97g SZH=81,03g CK=1,44g SO=3,84g Tzs=2,40g		Iskola: EN=663,07kcal FH=44,20g ZS=15,97g SZH=85,53g CK=1,46g SO=3,84g Tzs=2,40g	
Kisiskola: EN=1271,64kcal FH=93,92g ZS=33,89g SZH=148,56g CK=8,58g SO=7,83g Tzs=7,55g		Kisiskola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=32,86g SZH=104,21g CK=4,28g SO=0,87g Tzs=2,05g		Kisiskola: EN=46,31kcal FH=0,75g ZS=3,76g SZH=2,24g CK=0,00g SO=0,01g Tzs=0,71g		Kisiskola: EN=1216,14kcal FH=89,00g ZS=28,45g SZH=151,56g CK=2,88g SO=7,68g Tzs=4,10g		Kisiskola: EN=1294,64kcal FH=88,40g ZS=28,45g SZH=171,05g CK=2,93g SO=7,89g Tzs=4,10g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULLI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyeri úti út 4. Tel.: +36-62-542-015; Fax: +36-62-542-015
E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Dietetikusok, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikusaival kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

<p>Tízórai</p>	<p>Ebéd A</p>	<p>Uzsonna</p>
<p>HÉTFŐ 2023.10.30.</p> <p>Ovoda: EN=694,57kcal FH=50,76g ZS=19,00g SZH=80,63g CK=10,84g SO=4,09g TZS=4,20g</p> <p>Iskola: EN=720,57kcal FH=52,55g ZS=19,87g SZH=83,53g CK=12,94g SO=4,09g TZS=4,65g</p> <p>Kisiskola: EN=1.313,64kcal FH=88,42g ZS=33,13g SZH=156,66g CK=16,66g SO=7,98g TZS=6,80g</p>	<p>Ovoda: EN=689,52kcal FH=15,28g ZS=17,40g SZH=14,38g CK=33,04g SO=0,53g TZS=1,33g</p> <p>Iskola: EN=897,68kcal FH=22,16g ZS=20,77g SZH=15,13g CK=39,20g SO=0,81g TZS=1,44g</p> <p>Kisiskola: EN=1.050,38kcal FH=28,50g ZS=25,12g SZH=17,71g CK=39,43g SO=1,11g TZS=1,74g</p>	<p>Ovoda: EN=648,27kcal FH=47,59g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SO=4,23g TZS=3,35g</p> <p>Iskola: EN=648,27kcal FH=47,59g ZS=19,04g SZH=72,00g CK=1,44g SO=4,23g TZS=3,35g</p> <p>Kisiskola: EN=1.296,54kcal FH=95,18g ZS=38,09g SZH=144,00g CK=3,88g SO=8,46g TZS=6,70g</p>
<p>KEDD 2023.10.31.</p> <p>Ovoda: EN=71,133kcal FH=54,26g ZS=19,12g SZH=80,37g CK=6,47g SO=4,14g TZS=4,10g</p> <p>Iskola: EN=752,110kcal FH=58,81g ZS=20,70g SZH=83,05g CK=12,98g SO=4,19g TZS=4,55g</p> <p>Kisiskola: EN=1.376,97kcal FH=108,86g ZS=35,86g SZH=156,14g CK=16,73g SO=8,07g TZS=6,70g</p>	<p>Ovoda: EN=507,73kcal FH=17,13g ZS=19,54g SZH=66,57g CK=18,71g SO=0,40g TZS=0,79g</p> <p>Iskola: EN=664,03kcal FH=22,44g ZS=27,33g SZH=82,69g CK=25,66g SO=0,88g TZS=1,11g</p> <p>Kisiskola: EN=775,14kcal FH=25,52g ZS=32,66g SZH=95,19g CK=29,81g SO=1,20g TZS=1,42g</p>	<p>Ovoda: EN=640,77kcal FH=46,20g ZS=19,37g SZH=70,99g CK=1,56g SO=4,24g TZS=3,60g</p> <p>Iskola: EN=680,97kcal FH=48,20g ZS=22,77g SZH=71,33g CK=1,68g SO=4,64g TZS=4,80g</p> <p>Kisiskola: EN=1.270,14kcal FH=93,40g ZS=36,95g SZH=142,06g CK=3,18g SO=8,69g TZS=7,10g</p>
<p>SZERDA 2023.11.01.</p> <p>Ovoda: EN=635,05kcal FH=46,26g ZS=16,32g SZH=76,25g CK=6,47g SO=4,34g TZS=2,53g</p> <p>Iskola: EN=657,29kcal FH=48,32g ZS=16,67g SZH=78,94g CK=8,49g SO=4,64g TZS=2,67g</p> <p>Kisiskola: EN=1.241,48kcal FH=93,53g ZS=29,31g SZH=151,82g CK=11,94g SO=8,93g TZS=4,43g</p>	<p>Ovoda: EN=379,56kcal FH=16,12g ZS=17,03g SZH=51,24g CK=3,77g SO=1,31g TZS=1,79g</p> <p>Iskola: EN=512,08kcal FH=21,28g ZS=22,01g SZH=33,44g CK=5,11g SO=1,79g TZS=2,31g</p> <p>Kisiskola: EN=613,22kcal FH=25,92g ZS=26,08g SZH=67,50g CK=6,63g SO=2,36g TZS=2,75g</p>	<p>Ovoda: EN=94,40kcal FH=5,11g ZS=5,44g SZH=6,22g CK=6,00g SO=0,16g TZS=3,61g</p> <p>Iskola: EN=94,40kcal FH=5,11g ZS=5,44g SZH=6,22g CK=6,00g SO=0,16g TZS=3,61g</p> <p>Kisiskola: EN=95,81kcal FH=5,13g ZS=5,48g SZH=6,44g CK=6,00g SO=0,16g TZS=3,61g</p>
<p>CSÜTÖRTÖK 2023.11.02.</p> <p>Ovoda: EN=614,29kcal FH=46,47g ZS=13,82g SZH=76,24g CK=6,49g SO=3,86g TZS=1,70g</p> <p>Iskola: EN=648,45kcal FH=48,21g ZS=15,52g SZH=78,97g CK=8,51g SO=3,86g TZS=1,70g</p> <p>Kisiskola: EN=1.238,42kcal FH=93,28g ZS=28,85g SZH=151,85g CK=11,95g SO=7,69g TZS=3,40g</p>	<p>Ovoda: EN=520,64kcal FH=25,42g ZS=17,37g SZH=63,09g CK=2,172g SO=0,12g TZS=1,18g</p> <p>Iskola: EN=703,79kcal FH=33,13g ZS=22,60g SZH=88,62g CK=29,54g SO=0,52g TZS=1,52g</p> <p>Kisiskola: EN=831,69kcal FH=37,83g ZS=27,03g SZH=105,46g CK=36,66g SO=0,71g TZS=1,95g</p>	<p>Ovoda: EN=638,57kcal FH=46,41g ZS=18,78g SZH=71,47g CK=1,48g SO=4,28g TZS=3,44g</p> <p>Iskola: EN=675,37kcal FH=48,52g ZS=21,57g SZH=72,25g CK=1,59g SO=4,72g TZS=4,48g</p> <p>Kisiskola: EN=1.262,84kcal FH=93,78g ZS=35,44g SZH=143,16g CK=3,00g SO=8,78g TZS=6,70g</p>
<p>PÉNTEK 2023.11.03.</p> <p>Ovoda: EN=778,97kcal FH=52,30g ZS=22,95g SZH=91,18g CK=21,44g SO=4,32g TZS=6,93g</p> <p>Iskola: EN=810,37kcal FH=54,90g ZS=25,25g SZH=91,23g CK=21,44g SO=4,48g TZS=8,43g</p> <p>Kisiskola: EN=1.410,84kcal FH=101,70g ZS=40,03g SZH=161,81g CK=22,86g SO=8,48g TZS=11,63g</p>	<p>Ovoda: EN=535,82kcal FH=21,73g ZS=19,48g SZH=62,32g CK=2,88g SO=0,99g TZS=1,98g</p> <p>Iskola: EN=699,60kcal FH=28,02g ZS=27,26g SZH=77,99g CK=3,30g SO=1,00g TZS=2,75g</p> <p>Kisiskola: EN=805,83kcal FH=32,04g ZS=30,99g SZH=80,75g CK=3,79g SO=1,09g TZS=3,16g</p>	<p>Ovoda: EN=669,87kcal FH=46,87g ZS=21,62g SZH=72,42g CK=1,50g SO=4,23g TZS=2,93g</p> <p>Iskola: EN=669,87kcal FH=46,87g ZS=21,62g SZH=72,42g CK=1,50g SO=4,23g TZS=2,93g</p> <p>Kisiskola: EN=1.339,74kcal FH=93,74g ZS=43,25g SZH=144,84g CK=3,00g SO=8,46g TZS=5,86g</p>
<p>Téa citromos; Teafőlős túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Almaleves (lisztmentes, tejles) (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;</p>	<p>Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;</p>
<p>Toast sonkás felvágott (diéta); Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldségfűszeres (9)*; Rizibizi;</p>	<p>Joghurt (2)*; CIROK BUCI;</p>
<p>Tej (2)*; Hazi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;</p>	<p>Karalábé leves 'lisztmentes'; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;</p>	<p>Baronfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p>Tízórai</p>	<p>Gulyás leves sertéshússal; Darásmetélt; Alma;</p>	<p>Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p>Étlap változtatás jogát fenntartjuk!</p> <p>Jó étvágyat kívánunk</p> <p>SULI-HOST</p> <p>SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</p> <p>6724 Szeged, Kenyér-Égő utca 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015</p> <p>E-mail: mail@suli-host.hu</p> <p>0300A1 Gluténmentes</p> <p>Étlap név:</p>	<p>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. dietetikusa(k) kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)</p> <p>Suli-Host</p> <p>Étkeztetési Rendszer 3.0</p>	<p>Tápanyag-tartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂; TZS=Telített zsírsav</p> <p>(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szójá; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pinhaszűk</p>

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (lisztmentes,tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,06g	0,27g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,70kcal	20,25g	11,43g	13,64g	4,42g	0,38g	2,14g
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
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
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
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
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,54kcal	4,54g	2,39g	33,46g	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
CÍROK BUCI Összetétel: CÍROK BUCI GLUTÉNMENTES 60 g	1,40kcal	0,01g	0,04g	0,22g	0,00g	0,01g	0,01g
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: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-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, Kacsza tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,58kcal	1,03g	2,12g	8,94g	0,97g	0,05g	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 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	77,89kcal	2,73g	2,20g	11,44g	0,99g	0,09g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Órölt 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 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
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', Órölt 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
KAKAÓS CSIGA GLUTÉNMENTES Összetétel: KAKAÓS CSIGA GLUTÉNMENTES	2,02kcal	0,02g	0,10g	0,25g	0,00g	0,01g	0,08g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Órölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,36kcal	1,57g	3,08g	10,19g	3,54g	0,24g	0,33g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,01g	0,21g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	569,07kcal	44,20g	12,47g	70,53g	1,44g	3,84g	1,70g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,12g	0,79g
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
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 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,07kcal	2,16g	2,99g	16,55g	0,89g	0,09g	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
Meggylevés 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegefűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegefűszeg	158,55kcal	1,69g	3,90g	28,58g	20,65g	0,15g	0,40g
Mézés 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
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: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcslé	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	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, 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 'lisztmentes' Összetétel: Betű teszta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,06g	0,03g
Paradicsom mártás 'lisztmentes' 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
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Órölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,13kcal	6,42g	5,62g	20,34g	7,60g	0,40g	1,30g
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 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Rakott zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Órölt 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, Órölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rostos almálé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcslé	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Órölt 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', Órölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
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 virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szarvacskas tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacskas tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
Tarhonyaleves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,71kcal	1,87g	3,17g	15,38g	1,02g	0,18g	0,32g
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
Tarhonyás csirke 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	363,09kcal	19,64g	10,82g	44,99g	0,51g	0,12g	0,61g
Tárkonyos csirkeraguleves (gluténmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	118,63kcal	11,28g	4,63g	7,33g	0,97g	0,33g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teaafű	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
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	234,50kcal	9,39g	3,15g	56,65g	17,20g	0,20g	1,80g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tököfőzelék 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Örölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Örölt 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, Örölt 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, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,15g	0,26g
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örölt 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 (tej-, lisztmentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,65kcal	4,45g	4,23g	20,37g	5,28g	0,02g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,82kcal	7,76g	4,29g	32,68g	14,00g	0,17g	0,48g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	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 rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma	352,10kcal	19,29g	11,04g	39,28g	0,17g	0,11g	1,15g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Örölt 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, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g