



Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p><b>HÉTFŐ</b> 2023.10.09.</p> <p>Tea citromos; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejmentes'; Alma;</p>	<p>Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;</p>
<p><b>KEDD</b> 2023.10.10.</p> <p>Rostos almale; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;</p>	<p>Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;</p>
<p><b>SZERDA</b> 2023.10.11.</p> <p>Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;</p>	<p>Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacskas tészta gluténment.; Alma;</p>	<p>Csikemájkrem 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>
<p><b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.10.12.</p> <p>Tea citromos; Házi pulykahúskrem; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Almaleves 'tejmentes'; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;</p>	<p>Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p>
<p><b>PÉNTEK</b> 2023.10.13.</p> <p>Tea csipkebogyó; Zala Koméja; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;</p>	<p>Burgonyaleves (tejmentes); Vagdat csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék 'tejmentes'; Főtt burgonya; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;</p>

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



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

**Étlap név:**  
0200A1 Tej, Tejemekmentes

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=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer;  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a  
Szegedi OVI (www.oivi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST  
Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a  
SULL-HOST Kft. diétatitkúsától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'teji, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
<b>HÉTFŐ</b> 2023.10.16.		Övoda: EN=158,38kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=26,74g CK=5,11g SO=0,56g TZS=0,86g Iskola: EN=195,72kcal FH=4,30g ZS=4,05g SZH=34,56g CK=7,15g SO=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=256,04kcal FH=5,90g ZS=5,42g SZH=47,27g CK=9,20g SO=0,98g TZS=0,98g		Övoda: EN=453,39kcal FH=15,80g ZS=8,18g SZH=77,14g CK=12,50g SO=0,89g TZS=0,59g Iskola: EN=629,65kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=101,73g CK=16,24g SO=1,37g TZS=1,05g Kiskola: EN=774,57kcal FH=29,08g ZS=16,17g SZH=124,82g CK=20,61g SO=1,72g TZS=1,19g	
<b>KEDD</b> 2023.10.17.		Övoda: EN=373,00kcal FH=5,58g ZS=5,55g SZH=69,43g CK=17,70g SO=0,55g TZS=1,05g Iskola: EN=403,00kcal FH=6,35g ZS=6,05g SZH=75,45g CK=17,70g SO=0,60g TZS=1,05g Kiskola: EN=495,50kcal FH=6,85g ZS=6,55g SZH=86,45g CK=18,30g SO=0,65g TZS=1,05g		Övoda: EN=471,32kcal FH=17,33g ZS=22,01g SZH=54,68g CK=5,31g SO=0,13g TZS=0,92g Iskola: EN=622,21kcal FH=23,03g ZS=30,09g SZH=69,18g CK=6,74g SO=0,22g TZS=1,25g Kiskola: EN=792,21kcal FH=30,69g ZS=36,59g SZH=84,63g CK=10,11g SO=0,31g TZS=1,62g	
<b>SZERDA</b> 2023.10.18.		Övoda: EN=264,70kcal FH=5,01g ZS=4,07g SZH=50,90g CK=20,15g SO=0,70g TZS=0,93g Iskola: EN=268,70kcal FH=5,25g ZS=4,13g SZH=51,50g CK=20,15g SO=0,70g TZS=0,93g Kiskola: EN=270,70kcal FH=5,37g ZS=4,16g SZH=51,80g CK=20,15g SO=0,70g TZS=0,93g		Övoda: EN=535,02kcal FH=26,67g ZS=12,39g SZH=73,63g CK=3,86g SO=1,10g TZS=0,69g Iskola: EN=671,32kcal FH=33,02g ZS=17,06g SZH=89,63g CK=4,51g SO=1,70g TZS=1,04g Kiskola: EN=799,19kcal FH=37,76g ZS=20,03g SZH=109,05g CK=5,24g SO=2,14g TZS=1,32g	
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.10.19.		Övoda: EN=337,60kcal FH=6,30g ZS=5,93g SZH=61,81g CK=0,10g SO=0,85g TZS=0,90g Iskola: EN=370,00kcal FH=7,00g ZS=6,45g SZH=64,32g CK=0,10g SO=0,90g TZS=0,90g Kiskola: EN=401,20kcal FH=7,60g ZS=6,96g SZH=64,32g CK=0,10g SO=0,95g TZS=0,90g		Övoda: EN=456,93kcal FH=25,86g ZS=12,05g SZH=64,33g CK=1,18g SO=1,09g TZS=0,90g Iskola: EN=573,83kcal FH=32,11g ZS=16,13g SZH=78,89g CK=1,33g SO=1,56g TZS=1,30g Kiskola: EN=698,91kcal FH=36,90g ZS=19,46g SZH=88,58g CK=1,57g SO=2,02g TZS=1,74g	
<b>PÉNTEK</b> 2023.10.20.		Övoda: EN=248,10kcal FH=7,86g ZS=5,30g SZH=41,30g CK=20,08g SO=1,14g TZS=0,89g Iskola: EN=305,20kcal FH=13,20g ZS=6,78g SZH=46,50g CK=20,10g SO=1,86g TZS=0,93g Kiskola: EN=371,40kcal FH=16,99g ZS=7,64g SZH=56,90g CK=20,14g SO=2,43g TZS=1,01g		Övoda: EN=528,22kcal FH=23,20g ZS=23,83g SZH=71,14g CK=7,25g SO=0,39g TZS=2,08g Iskola: EN=573,23kcal FH=29,49g ZS=29,69g SZH=83,36g CK=6,70g SO=0,54g TZS=2,59g Kiskola: EN=780,04kcal FH=33,48g ZS=33,65g SZH=112,79g CK=10,15g SO=0,65g TZS=2,95g	
<b>Étlap változtatás jogát fenntartjuk!</b> <b>Jó étvágyat kívánunk</b>		<b>SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZORGÁLTATÓ KFT.</b> 6724 Szegegy, Kanyarógyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016		<b>Étlap név:</b> <b>0200A1 Tej-, Tejtermékmentes</b>	
Tápanyag-tartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO; TZS=Telített zsír		Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Sull-Host Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a Sull-Host Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)		<b>Sull-Host</b> <b>Étkeztetési</b> <b>Rendszer 3.0</b>	



E-mail: mail@sull-host.hu



HÉTFŐ 2023.10.23.		KEDD 2023.10.24.		SZERDA 2023.10.25.		CSÜTÖRTÖK 2023.10.26.		PÉNTEK 2023.10.27.	
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai	
Rizstej; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Rizstej; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tea csipkebogyó; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Rizstej; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tea csipkebogyó; Házi pulykahústkém; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Kertész leves (diéta); Vadasssertésleves 'tejmentes' (5, 11)*; Spagetti;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradisom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya;		Tarthonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Töktőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Paradisomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;		Csikemájkrem 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Ovoda: EN=374,20kcal FH=8,00g ZS=9,30g SZH=51,70g CK=0,22g SÓ=1,25g TZS=2,10g		Ovoda: EN=360,10kcal FH=9,86g ZS=16,50g SZH=42,32g CK=2,0,14g SÓ=1,88g TZS=5,87g		Ovoda: EN=223,18kcal FH=5,67g ZS=10,48g SZH=25,99g CK=5,14g SÓ=1,03g TZS=3,64g		Ovoda: EN=265,90kcal FH=7,02g ZS=8,17g SZH=45,47g CK=0,08g SÓ=1,28g TZS=0,99g		Ovoda: EN=278,36kcal FH=8,65g ZS=6,17g SZH=33,37g CK=5,18g SÓ=0,74g TZS=1,00g	
Iskola: EN=444,40kcal FH=10,50g ZS=13,20g SZH=63,10g CK=0,34g SÓ=1,70g TZS=3,30g		Iskola: EN=385,20kcal FH=10,60g ZS=16,58g SZH=47,52g CK=2,0,16g SÓ=2,02g TZS=5,91g		Iskola: EN=303,72kcal FH=8,22g ZS=14,99g SZH=33,31g CK=7,20g SÓ=1,49g TZS=5,53g		Iskola: EN=335,00kcal FH=10,32g ZS=7,09g SZH=57,35g CK=0,10g SÓ=1,99g TZS=1,17g		Iskola: EN=324,58kcal FH=11,01g ZS=8,99g SZH=36,03g CK=7,20g SÓ=0,74g TZS=1,20g	
Kisiskola: EN=494,50kcal FH=12,00g ZS=15,40g SZH=64,30g CK=0,40g SÓ=1,95g TZS=3,90g		Kisiskola: EN=435,40kcal FH=12,08g ZS=16,74g SZH=57,92g CK=2,0,20g SÓ=2,30g TZS=5,99g		Kisiskola: EN=362,04kcal FH=9,71g ZS=15,15g SZH=45,72g CK=9,25g SÓ=1,71g TZS=5,61g		Kisiskola: EN=422,20kcal FH=13,33g ZS=7,92g SZH=74,09g CK=0,14g SÓ=2,53g TZS=1,31g		Kisiskola: EN=360,51kcal FH=12,44g ZS=11,08g SZH=38,39g CK=9,22g SÓ=0,76g TZS=1,42g	
Ovoda: EN=344,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=61,24g CK=1,6,75g SÓ=1,38g TZS=0,62g		Ovoda: EN=528,95kcal FH=21,52g ZS=19,49g SZH=84,38g CK=2,0,9g SÓ=0,37g TZS=1,22g		Ovoda: EN=518,93kcal FH=28,43g ZS=14,27g SZH=60,72g CK=15,99g SÓ=0,96g TZS=1,12g		Ovoda: EN=494,32kcal FH=23,73g ZS=15,70g SZH=59,69g CK=12,82g SÓ=0,42g TZS=0,93g		Ovoda: EN=566,83kcal FH=18,89g ZS=25,43g SZH=61,84g CK=9,73g SÓ=0,97g TZS=1,38g	
Iskola: EN=444,94kcal FH=18,73g ZS=12,78g SZH=79,23g CK=25,66g SÓ=1,84g TZS=0,82g		Iskola: EN=688,31kcal FH=27,64g ZS=25,40g SZH=84,88g CK=3,53g SÓ=0,79g TZS=1,64g		Iskola: EN=651,88kcal FH=34,62g ZS=18,37g SZH=76,76g CK=21,90g SÓ=1,41g TZS=1,49g		Iskola: EN=646,58kcal FH=29,55g ZS=22,14g SZH=76,25g CK=16,41g SÓ=0,84g TZS=1,44g		Iskola: EN=752,69kcal FH=24,44g ZS=34,78g SZH=80,11g CK=12,75g SÓ=1,50g TZS=1,92g	
Kisiskola: EN=534,67kcal FH=21,85g ZS=15,54g SZH=64,90g CK=32,28g SÓ=2,16g TZS=1,03g		Kisiskola: EN=924,55kcal FH=31,21g ZS=30,46g SZH=103,41g CK=4,28g SÓ=0,86g TZS=2,05g		Kisiskola: EN=819,27kcal FH=41,51g ZS=22,96g SZH=99,36g CK=29,90g SÓ=1,71g TZS=1,95g		Kisiskola: EN=768,25kcal FH=33,54g ZS=26,42g SZH=91,93g CK=22,45g SÓ=1,15g TZS=1,80g		Kisiskola: EN=906,95kcal FH=29,08g ZS=39,94g SZH=101,21g CK=15,83g SÓ=2,03g TZS=2,30g	
Ovoda: EN=201,20kcal FH=5,63g ZS=9,47g SZH=22,68g CK=0,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g		Ovoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=5,90g SZH=17,9g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Ovoda: EN=185,60kcal FH=6,71g ZS=5,98g SZH=23,17g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g		Ovoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,80g SZH=31,20g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Ovoda: EN=194,40kcal FH=2,98g ZS=3,82g SZH=35,80g CK=13,33g SÓ=0,58g TZS=0,86g	
Iskola: EN=226,30kcal FH=6,37g ZS=9,55g SZH=27,89g CK=0,15g SÓ=1,09g TZS=1,43g		Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=214,70kcal FH=7,68g ZS=7,12g SZH=26,97g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g		Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=13,35g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
Kisiskola: EN=377,30kcal FH=10,52g ZS=18,86g SZH=40,18g CK=0,26g SÓ=1,76g TZS=2,74g		Kisiskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Kisiskola: EN=346,10kcal FH=12,68g ZS=13,88g SZH=41,14g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g		Kisiskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Kisiskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=56,40g CK=26,64g SÓ=0,98g TZS=0,98g	

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



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6744 Szeged, Kegyérjárási út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015  
E-mail: [mail@sull-host.hu](mailto:mail@sull-host.hu)

Étlap név:  
**0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

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=Rakéték; 11=Müstár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer;  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.10.30.		Kedd		Péntek	
Rostos almale; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Karatálábé leves; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
KEDD 2023.10.31.		Szerda		Péntek	
Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Riz-bizi;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
2023.11.01.		2023.11.02.		2023.11.03.	
Tea citromos; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Almaleves 'tejmentes'; Bazsalikomos csirkeraagu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Rizstej; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Ovoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SÓ=1,06g TZS=0,98g		Ovoda: EN=507,44kcal FH=24,49g ZS=16,92g SZH=61,71g CK=20,34g SÓ=0,09g TZS=0,91g		Ovoda: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	
Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,98g SZH=34,41g CK=1,59g SÓ=1,70g TZS=1,17g		Iskola: EN=686,19kcal FH=31,89g ZS=22,00g SZH=86,78g CK=27,70g SÓ=0,48g TZS=1,16g		Iskola: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	
Kisiskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SÓ=2,23g TZS=1,31g		Kisiskola: EN=808,82kcal FH=36,04g ZS=26,14g SZH=103,49g CK=33,92g SÓ=0,71g TZS=1,41g		Kisiskola: EN=300,40kcal FH=10,56g ZS=11,05g SZH=38,50g CK=0,25g SÓ=2,08g TZS=3,58g	
Ovoda: EN=296,62kcal FH=9,56g ZS=16,42g SZH=26,68g CK=5,19g SÓ=1,88g TZS=5,84g		Ovoda: EN=524,30kcal FH=21,84g ZS=17,65g SZH=63,44g CK=2,92g SÓ=0,59g TZS=1,78g		Ovoda: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	
Iskola: EN=330,08kcal FH=10,30g ZS=16,50g SZH=34,41g CK=1,23g SÓ=2,02g TZS=5,88g		Iskola: EN=818,26kcal FH=28,11g ZS=28,19g SZH=88,92g CK=3,33g SÓ=1,09g TZS=2,85g		Iskola: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	
Kisiskola: EN=388,28kcal FH=11,78g ZS=16,66g SZH=46,61g CK=9,27g SÓ=2,30g TZS=5,99g		Kisiskola: EN=974,69kcal FH=25,39g ZS=31,13g SZH=121,05g CK=27,21g SÓ=0,93g TZS=2,69g		Kisiskola: EN=344,60kcal FH=9,69g ZS=18,70g SZH=33,28g CK=0,27g SÓ=1,48g TZS=2,66g	
Ovoda: EN=311,90kcal FH=4,96g ZS=5,82g SZH=61,28g CK=16,50g SÓ=0,76g TZS=0,86g		Ovoda: EN=524,30kcal FH=21,84g ZS=17,65g SZH=63,44g CK=2,92g SÓ=0,59g TZS=1,78g		Ovoda: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	
Iskola: EN=367,00kcal FH=6,20g ZS=6,40g SZH=72,48g CK=16,62g SÓ=0,95g TZS=0,90g		Iskola: EN=712,39kcal FH=28,11g ZS=28,19g SZH=88,92g CK=3,33g SÓ=1,09g TZS=2,85g		Iskola: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	
Kisiskola: EN=447,20kcal FH=8,18g ZS=7,08g SZH=88,88g CK=16,56g SÓ=1,28g TZS=0,98g		Kisiskola: EN=818,26kcal FH=32,12g ZS=31,92g SZH=91,67g CK=3,81g SÓ=1,09g TZS=3,26g		Kisiskola: EN=344,60kcal FH=9,69g ZS=18,70g SZH=33,28g CK=0,27g SÓ=1,48g TZS=2,66g	

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



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

**Étlap név:**  
**2020A1 Tej, Tejerlekméntes**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehéje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;  
TZS=Teljeített zsír;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesfűszer; 16=Pinhatesűtök  
E-mail: [mail@sull-host.hu](mailto:mail@sull-host.hu)  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (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. dietetikussáól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host  
Étkezési  
Rendszer 3.0

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,37kcal	0,79g	0,16g	24,72g	19,90g	0,03g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,30kcal	17,65g	9,13g	13,59g	4,42g	0,22g	0,64g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	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 Csirkejő 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 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

**Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Diós metélt Összetétel: Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,03g	0,10g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gomba leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,32kcal	2,76g	2,20g	11,76g	0,99g	0,09g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,06g	0,63g
Gyümölcsrizs 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Rizsital	346,60kcal	5,83g	3,19g	85,26g	17,70g	0,30g	0,00g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	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', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
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, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
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 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
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

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
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
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Lecsős sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,84kcal	4,50g	13,72g	68,60g	18,04g	0,30g	1,48g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,89g	35,94g	25,25g	0,15g	0,50g
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
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
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, Őrölt 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', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g



## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

**Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,06g	0,33g
Paradicsom mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
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 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	159,71kcal	3,82g	6,46g	21,74g	3,00g	0,35g	0,60g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt 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 tejmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	376,81kcal	15,85g	19,90g	38,04g	4,21g	0,08g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizstej Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Rostos almálé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,30g	0,41g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves '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 '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 (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,30g	0,71g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,26g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tea (citrommentes) Összetétel: Kristálycukor, Teafű	20,00kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tökfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	144,68kcal	2,58g	5,21g	21,00g	8,38g	0,07g	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
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, Őrölt 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 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	197,56kcal	17,46g	12,36g	3,12g	0,65g	0,16g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

**Időszak: 2023.10.01.-től 2023.10.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Órölt 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, Órölt 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 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	127,57kcal	4,15g	4,19g	17,06g	5,28g	0,02g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	196,05kcal	7,55g	4,26g	30,31g	14,00g	0,17g	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, Órölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,24kcal	18,06g	9,37g	41,67g	0,17g	0,05g	0,40g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Órölt 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, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g
Zöldségleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g