

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
HÉTFŐ 2022.01.03.	Joghurt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldségleves 'teji-, cukormentes'; Sertés sült; Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes);		Gépsonka (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
	Övoda: EN=246,40kcal FH=8,11g ZS=11,72g SZH=26,85g CK=6,13g SÓ=0,71g TZS=4,96g Iskola: EN=271,50kcal FH=8,65g ZS=11,80g SZH=32,05g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=5,00g K: Iskola: EN=374,70kcal FH=10,38g ZS=17,96g SZH=42,50g CK=6,24g SÓ=1,13g TZS=5,28g				
KEDD 2022.01.04.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Őszibarack leves (cukormentes, tejmentes) (15)*; Sertésragu; Petrezselymes rizs;		Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;	
	Övoda: EN=254,32kcal FH=11,17g ZS=13,31g SZH=21,96g CK=0,18g SÓ=1,04g TZS=5,88g Iskola: EN=315,18kcal FH=14,75g ZS=15,75g SZH=27,84g CK=0,22g SÓ=1,34g TZS=7,40g K: Iskola: EN=451,78kcal FH=19,00g ZS=24,24g SZH=38,64g CK=0,31g SÓ=1,78g TZS=10,16g				
SZERDA 2022.01.05.	Tej (2)*; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacská tesztá gluténment.; Káposzta saláta 'Cukormentes' (15)*;		Baromfi párizsi (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsapretek;	
	Övoda: EN=240,55kcal FH=11,89g ZS=7,29g SZH=20,84g CK=9,32g SÓ=0,86g TZS=3,56g Iskola: EN=314,43kcal FH=16,31g ZS=9,76g SZH=38,97g CK=11,68g SÓ=1,05g TZS=4,45g K: Iskola: EN=400,39kcal FH=20,05g ZS=11,70g SZH=51,97g CK=14,07g SÓ=1,48g TZS=5,38g				
CSÜTÖRTÖK 2022.01.06.	Tea (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csontleves; Hentes sertés szelet 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
	Övoda: EN=168,12kcal FH=5,07g ZS=6,67g SZH=21,58g CK=0,18g SÓ=1,08g TZS=1,49g Iskola: EN=207,58kcal FH=7,87g ZS=7,09g SZH=27,49g CK=0,22g SÓ=1,70g TZS=1,67g K: Iskola: EN=317,78kcal FH=10,43g ZS=13,43g SZH=38,28g CK=0,31g SÓ=2,23g TZS=3,01g				
PÉNTEK 2022.01.07.	Poharas tej (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Burgonyaleves (tejmentes); Priamino csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (tejfőős, cukormentes) (2)*;		Dzsem (diabetikus); Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
	Övoda: EN=283,40kcal FH=10,17g ZS=12,01g SZH=32,35g CK=0,13g SÓ=0,56g TZS=1,36g Iskola: EN=312,50kcal FH=11,15g ZS=12,15g SZH=38,15g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=1,40g K: Iskola: EN=417,70kcal FH=12,80g ZS=18,34g SZH=48,90g CK=0,24g SÓ=0,98g TZS=2,68g				

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@sull-host.hu

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

TZS=Telített zsír;

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

Dietetikusok: Szegedi OVI (www.oivi-szeged.hu), NCSZ (www.ncsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapon megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárazbablízelték tej-, cukormentes;		Tejfőlős túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2022.01.10. Övoda: EN=200,60kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=22,57g CK=0,14g SÓ=0,98g TZS=1,39g Iskola: EN=225,70kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=27,77g CK=0,16g SÓ=1,08g TZS=1,43g Kisiskola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=39,94g CK=0,28g SÓ=1,76g TZS=2,74g		Övoda: EN=415,65kcal FH=19,63g ZS=17,08g SZH=46,12g CK=1,41g SÓ=2,36g TZS=5,41g Iskola: EN=524,89kcal FH=23,80g ZS=20,13g SZH=62,19g CK=1,92g SÓ=3,12g TZS=5,72g Kisiskola: EN=743,29kcal FH=33,13g ZS=35,68g SZH=72,44g CK=2,49g SÓ=4,71g TZS=11,01g		Övoda: EN=130,90kcal FH=5,59g ZS=1,76g SZH=22,35g CK=0,08g SÓ=0,66g TZS=0,16g Iskola: EN=185,80kcal FH=8,31g ZS=3,60g SZH=28,85g CK=0,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g Kisiskola: EN=250,90kcal FH=10,78g ZS=4,64g SZH=39,50g CK=0,14g SÓ=1,18g TZS=0,29g	
KEDD 2022.01.11. Övoda: EN=297,38kcal FH=14,35g ZS=11,63g SZH=32,04g CK=0,13g SÓ=1,14g TZS=0,96g Iskola: EN=358,88kcal FH=17,41g ZS=14,48g SZH=37,62g CK=0,15g SÓ=1,52g TZS=1,20g Kisiskola: EN=436,07kcal FH=20,70g ZS=16,72g SZH=48,23g CK=0,20g SÓ=2,07g TZS=1,50g		Övoda: EN=462,51kcal FH=24,68g ZS=20,31g SZH=55,30g CK=1,50g SÓ=0,76g TZS=1,48g Iskola: EN=598,67kcal FH=31,09g ZS=25,16g SZH=66,86g CK=2,09g SÓ=2,36g TZS=1,83g Kisiskola: EN=712,51kcal FH=38,48g ZS=30,32g SZH=82,48g CK=2,63g SÓ=3,48g TZS=2,29g		Övoda: EN=243,90kcal FH=2,98g ZS=3,82g SZH=47,80g CK=0,08g SÓ=0,56g TZS=0,86g Iskola: EN=269,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=53,00g CK=0,10g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=431,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=60,40g CK=0,14g SÓ=0,98g TZS=0,98g	
SZERDA 2022.01.12. Övoda: EN=230,30kcal FH=11,09g ZS=10,75g SZH=21,31g CK=0,08g SÓ=1,00g TZS=0,36g Iskola: EN=289,60kcal FH=14,65g ZS=13,15g SZH=26,80g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=0,90g Kisiskola: EN=372,60kcal FH=18,84g ZS=15,62g SZH=37,37g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=0,48g		Övoda: EN=428,61kcal FH=25,46g ZS=13,65g SZH=42,18g CK=0,99g SÓ=1,73g TZS=1,35g Iskola: EN=555,15kcal FH=31,81g ZS=18,23g SZH=65,35g CK=1,17g SÓ=2,94g TZS=1,92g Kisiskola: EN=679,91kcal FH=37,75g ZS=22,74g SZH=68,07g CK=1,44g SÓ=3,56g TZS=2,48g		Övoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,38g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,98g TZS=1,81g Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,88g Kisiskola: EN=34,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g	
CSÜTÖRTÖK 2022.01.13. Övoda: EN=254,30kcal FH=10,44g ZS=9,55g SZH=29,38g CK=0,24g SÓ=0,56g TZS=0,86g Iskola: EN=281,50kcal FH=11,50g ZS=9,70g SZH=34,45g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=329,90kcal FH=13,26g ZS=9,91g SZH=43,89g CK=0,42g SÓ=0,98g TZS=0,98g		Övoda: EN=391,88kcal FH=16,04g ZS=11,18g SZH=52,12g CK=0,31g SÓ=2,63g TZS=1,00g Iskola: EN=510,12kcal FH=20,23g ZS=15,81g SZH=65,88g CK=0,70g SÓ=3,48g TZS=1,46g Kisiskola: EN=602,23kcal FH=24,31g ZS=17,68g SZH=79,40g CK=0,88g SÓ=4,34g TZS=1,61g		Övoda: EN=128,56kcal FH=5,53g ZS=1,70g SZH=21,98g CK=0,08g SÓ=0,66g TZS=0,16g Iskola: EN=181,89kcal FH=8,22g ZS=3,50g SZH=28,20g CK=0,10g SÓ=0,80g TZS=0,20g Kisiskola: EN=246,22kcal FH=10,67g ZS=4,52g SZH=39,12g CK=0,14g SÓ=1,18g TZS=0,28g	
PÉNTEK 2022.01.14. Övoda: EN=171,22kcal FH=5,58g ZS=6,82g SZH=21,16g CK=0,17g SÓ=0,88g TZS=1,94g Iskola: EN=235,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=26,69g CK=0,25g SÓ=1,38g TZS=3,08g Kisiskola: EN=304,78kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=37,24g CK=0,31g SÓ=1,80g TZS=3,68g		Övoda: EN=589,91kcal FH=22,37g ZS=23,27g SZH=69,86g CK=0,96g SÓ=1,31g TZS=2,73g Iskola: EN=785,88kcal FH=29,57g ZS=31,61g SZH=91,97g CK=1,48g SÓ=2,40g TZS=3,70g Kisiskola: EN=927,91kcal FH=34,47g ZS=35,05g SZH=112,59g CK=0,64g SÓ=2,41g TZS=3,78g		Övoda: EN=261,90kcal FH=10,12g ZS=9,51g SZH=32,30g CK=0,08g SÓ=0,56g TZS=0,86g Iskola: EN=291,00kcal FH=11,10g ZS=9,65g SZH=38,10g CK=0,10g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=343,20kcal FH=12,70g ZS=9,94g SZH=48,80g CK=0,14g SÓ=0,98g TZS=0,98g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu		Étlap név: 1300A1 Diabetesz	
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=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szárazmagg; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszár; 16=Punahéjűk		Dietés ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szébbi tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)		Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0	

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtos tészta (diabetikus) (2)*; Alma;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2022.01.17.		Óvoda: EN=255,90kcal FH=9,76g ZS=9,42g SZH=31,40g CK=0,08g SÓ=0,56g Tzs=0,86g Iskola: EN=281,00kcal FH=10,50g ZS=9,50g SZH=36,60g CK=0,10g SÓ=0,70g Tzs=0,90g K: Iskola: EN=331,20kcal FH=11,98g ZS=9,66g SZH=47,00g CK=0,14g SÓ=0,98g Tzs=0,98g		Óvoda: EN=511,33kcal FH=14,95g ZS=19,90g SZH=66,27g CK=0,22g SÓ=1,67g Tzs=6,85g Iskola: EN=679,76kcal FH=19,73g ZS=27,42g SZH=86,21g CK=0,28g SÓ=2,88g Tzs=9,41g K: Iskola: EN=775,60kcal FH=22,30g ZS=29,16g SZH=103,38g CK=0,32g SÓ=3,16g Tzs=10,11g	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldsöfőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
KEDD 2022.01.18.		Óvoda: EN=226,82kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=21,01g CK=0,13g SÓ=1,04g Tzs=5,38g Iskola: EN=283,68kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=26,29g CK=0,17g SÓ=1,34g Tzs=6,90g K: Iskola: EN=365,28kcal FH=18,18g ZS=15,58g SZH=36,74g CK=0,21g SÓ=2,69g Tzs=8,48g		Óvoda: EN=135,50kcal FH=3,28g ZS=3,85g SZH=21,31g CK=0,08g SÓ=0,56g Tzs=0,86g Iskola: EN=163,00kcal FH=4,20g ZS=3,95g SZH=26,85g CK=0,10g SÓ=0,70g Tzs=0,90g K: Iskola: EN=214,40kcal FH=5,18g ZS=4,12g SZH=37,42g CK=0,14g SÓ=0,98g Tzs=0,98g	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;		Tejfőös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsapretek;	
SZERDA 2022.01.19.		Óvoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g Tzs=1,81g Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SÓ=1,09g Tzs=1,85g K: Iskola: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SÓ=1,76g Tzs=3,58g		Óvoda: EN=129,10kcal FH=5,56g ZS=1,70g SZH=21,81g CK=0,08g SÓ=0,66g Tzs=0,16g Iskola: EN=182,80kcal FH=8,26g ZS=3,50g SZH=27,95g CK=0,10g SÓ=0,80g Tzs=0,20g K: Iskola: EN=247,30kcal FH=10,72g ZS=4,52g SZH=38,82g CK=0,14g SÓ=1,18g Tzs=0,28g	
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkemcomb; Alma mártás 'Cukormentes' (2, 15)*; Pírtott kukoricadara;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2022.01.20.		Óvoda: EN=172,82kcal FH=4,96g ZS=7,22g SZH=21,28g CK=0,25g SÓ=0,96g Tzs=2,08g Iskola: EN=238,48kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=26,89g CK=0,41g SÓ=1,50g Tzs=3,30g K: Iskola: EN=308,78kcal FH=10,18g ZS=12,56g SZH=37,49g CK=0,51g SÓ=1,98g Tzs=3,98g		Óvoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g Tzs=4,50g Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g Tzs=4,50g K: Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g Tzs=4,50g	
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
PÉNTEK 2022.01.21.		Óvoda: EN=221,90kcal FH=7,76g ZS=9,07g SZH=26,50g CK=5,78g SÓ=0,71g Tzs=4,31g Iskola: EN=247,00kcal FH=8,50g ZS=9,15g SZH=31,70g CK=5,80g SÓ=0,85g Tzs=4,35g K: Iskola: EN=297,20kcal FH=9,98g ZS=9,31g SZH=42,10g CK=5,84g SÓ=1,13g Tzs=4,43g		Óvoda: EN=442,13kcal FH=25,13g ZS=18,35g SZH=64,10g CK=1,53g SÓ=1,31g Tzs=1,27g Iskola: EN=567,63kcal FH=32,23g ZS=22,08g SZH=75,41g CK=1,91g SÓ=2,60g Tzs=1,48g K: Iskola: EN=657,74kcal FH=36,46g ZS=24,80g SZH=88,45g CK=2,24g SÓ=3,88g Tzs=1,70g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

SULI-HOST

SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Étlap név: 1300A1 Diabetessz

Suli-Host

Étkeztetési Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Poharas tej (2)*; Zöldsüszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csirkeraqueleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2022.01.24.		Övoda: EN=324,60kcal FH=12,37g ZS=15,04g SZH=22,60g CK=0,17g SZH=33,17g CK=0,14g SZH=29,06g CK=0,26g SZH=38,37g CK=0,16g SZH=1,09g TZS=1,43g SZH=1,76g TZS=0,29g		Övoda: EN=206,30kcal FH=5,97g ZS=10,51g SZH=21,46g CK=0,11g SZH=1,09g TZS=1,54g SZH=2,27g CK=0,10g SZH=3,67g CK=0,19g SZH=1,77g TZS=5,61g	
Iskola: EN=349,70kcal FH=13,11g ZS=15,12g SZH=30,54g CK=0,26g SZH=1,76g TZS=2,74g		Iskola: EN=823,43kcal FH=24,29g ZS=23,03g SZH=124,88g CK=2,37g SZH=2,23g TZS=1,95g		Iskola: EN=281,00kcal FH=8,72g ZS=15,04g SZH=27,10g CK=0,15g SZH=1,49g TZS=5,53g SZH=1,77g TZS=3,58g	
KEDD 2022.01.25.		Övoda: EN=385,51kcal FH=16,10g ZS=21,21g SZH=30,59g CK=4,40g SZH=1,81g TZS=0,71g		Övoda: EN=179,60kcal FH=6,36g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SZH=0,95g TZS=1,81g	
Iskola: EN=185,51kcal FH=9,41g ZS=2,91g SZH=29,06g CK=0,26g SZH=1,09g TZS=1,43g SZH=1,76g TZS=0,29g		Iskola: EN=511,20kcal FH=21,19g ZS=28,56g SZH=39,72g CK=5,46g SZH=1,68g TZS=0,98g		Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SZH=1,09g TZS=1,85g	
SZERDA 2022.01.26.		Övoda: EN=482,50kcal FH=17,93g ZS=17,29g SZH=57,87g CK=2,41g SZH=2,24g TZS=1,29g		Övoda: EN=224,50kcal FH=8,06g ZS=9,22g SZH=26,80g CK=0,08g SZH=0,71g TZS=4,46g	
Iskola: EN=192,20kcal FH=9,50g ZS=5,00g SZH=26,56g CK=0,18g SZH=1,09g TZS=1,34g		Iskola: EN=637,21kcal FH=22,80g ZS=23,47g SZH=76,24g CK=3,04g SZH=3,46g TZS=1,80g		Iskola: EN=250,00kcal FH=8,80g ZS=9,30g SZH=32,00g CK=0,10g SZH=0,86g TZS=4,50g	
CSÜTÖRTÖK 2022.01.27.		Övoda: EN=375,83kcal FH=19,56g ZS=10,45g SZH=61,21g CK=3,92g SZH=3,04g TZS=1,12g		Övoda: EN=170,50kcal FH=5,86g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SZH=0,89g TZS=1,94g	
Iskola: EN=283,68kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=26,29g CK=0,17g SZH=1,34g TZS=6,90g		Iskola: EN=506,72kcal FH=25,83g ZS=13,80g SZH=85,90g CK=5,59g SZH=4,10g TZS=1,47g		Iskola: EN=234,20kcal FH=6,90g ZS=9,90g SZH=26,60g CK=0,18g SZH=1,36g TZS=3,09g	
PÉNTEK 2022.01.28.		Övoda: EN=517,88kcal FH=26,16g ZS=15,77g SZH=62,10g CK=6,17g SZH=2,12g TZS=1,29g		Övoda: EN=243,30kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=47,80g CK=0,08g SZH=0,56g TZS=0,86g	
Iskola: EN=247,00kcal FH=8,50g ZS=9,15g SZH=31,70g CK=5,80g SZH=0,86g TZS=4,35g		Iskola: EN=792,63kcal FH=37,98g ZS=23,62g SZH=98,30g CK=9,43g SZH=4,20g TZS=2,05g		Iskola: EN=269,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=53,00g CK=0,10g SZH=0,70g TZS=0,90g	
TEA (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Kukorica krémleves tejmentes; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
TEA (diabetikus) (15)*; Gépsonka (dieta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'tej, cukormentes'; Csirkepaprikás; Pírtott tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=149,50kcal FH=5,86g ZS=4,37g SZH=21,08g CK=0,12g SZH=1,09g TZS=1,08g		Övoda: EN=482,50kcal FH=17,93g ZS=17,29g SZH=57,87g CK=2,41g SZH=2,24g TZS=1,29g		Övoda: EN=224,50kcal FH=8,06g ZS=9,22g SZH=26,80g CK=0,08g SZH=0,71g TZS=4,46g	
Iskola: EN=192,20kcal FH=9,50g ZS=5,00g SZH=26,56g CK=0,18g SZH=1,09g TZS=1,34g		Iskola: EN=637,21kcal FH=22,80g ZS=23,47g SZH=76,24g CK=3,04g SZH=3,46g TZS=1,80g		Iskola: EN=250,00kcal FH=8,80g ZS=9,30g SZH=32,00g CK=0,10g SZH=0,86g TZS=4,50g	
Kiskola: EN=251,20kcal FH=12,43g ZS=5,43g SZH=37,10g CK=0,21g SZH=1,09g TZS=1,54g		Kiskola: EN=765,06kcal FH=25,99g ZS=27,74g SZH=94,43g CK=3,66g SZH=3,76g TZS=2,16g		Kiskola: EN=300,20kcal FH=10,28g ZS=9,46g SZH=42,40g CK=0,14g SZH=1,13g TZS=4,56g	
Övoda: EN=226,62kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=21,01g CK=0,13g SZH=1,04g TZS=5,36g		Övoda: EN=375,83kcal FH=19,56g ZS=10,45g SZH=61,21g CK=3,92g SZH=3,04g TZS=1,12g		Övoda: EN=170,50kcal FH=5,86g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SZH=0,89g TZS=1,94g	
Iskola: EN=283,68kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=26,29g CK=0,17g SZH=1,34g TZS=6,90g		Iskola: EN=506,72kcal FH=25,83g ZS=13,80g SZH=85,90g CK=5,59g SZH=4,10g TZS=1,47g		Iskola: EN=234,20kcal FH=6,90g ZS=9,90g SZH=26,60g CK=0,18g SZH=1,36g TZS=3,09g	
Kiskola: EN=365,28kcal FH=18,18g ZS=16,56g SZH=36,74g CK=0,21g SZH=1,76g TZS=8,48g		Kiskola: EN=596,62kcal FH=30,80g ZS=15,76g SZH=101,03g CK=6,93g SZH=4,67g TZS=1,69g		Kiskola: EN=303,70kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=37,18g CK=0,24g SZH=1,80g TZS=3,68g	
Övoda: EN=221,90kcal FH=7,76g ZS=9,07g SZH=26,50g CK=5,78g SZH=0,71g TZS=4,31g		Iskola: EN=674,73kcal FH=33,21g ZS=20,89g SZH=81,19g CK=7,89g SZH=3,66g TZS=1,77g		Iskola: EN=269,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=53,00g CK=0,10g SZH=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=297,20kcal FH=9,98g ZS=9,31g SZH=42,10g CK=5,84g SZH=1,13g TZS=4,43g		Kiskola: EN=792,63kcal FH=37,98g ZS=23,62g SZH=98,30g CK=9,43g SZH=4,20g TZS=2,05g		Kiskola: EN=431,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=90,40g CK=0,14g SZH=0,98g TZS=0,98g	
Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kertvárosi út 4., Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu		Étlap név: 1300A1 Diabetesz	
Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír.		Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi 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. dietetikussától kéthet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)		Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0	
(*) Allergének: 1=Gluten; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszerek; 16=Puhítószer					

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;			Babgulyás leves sertéshússal; Tejbenrizs (diabetikus) (2, 15)*; Mandarin;			Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		
HÉTFŐ 2022.01.31.								
Óvoda: EN=293,60kcal FH=10,67g ZS=14,84g SZH=28,57g CK=6,14g SÓ=1,10g Tzs=4,99g			Iskola: EN=318,70kcal FH=11,41g ZS=14,92g SZH=33,77g CK=6,16g SÓ=1,24g Tzs=5,03g			Kisiskola: EN=469,10kcal FH=15,50g ZS=24,20g SZH=45,94g CK=6,26g SÓ=1,91g Tzs=6,34g		
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;			Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás (diab.tejment) (15)*; Főtt burgonya;			Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Alma;		
KEDD 2022.02.01.								
Óvoda: EN=226,82kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=21,01g CK=0,13g SÓ=1,04g Tzs=5,38g			Iskola: EN=283,68kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=26,29g CK=0,17g SÓ=1,34g Tzs=6,90g			Kisiskola: EN=365,28kcal FH=18,18g ZS=15,58g SZH=36,74g CK=0,21g SÓ=1,78g Tzs=8,48g		
Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;			Tartonyaleves (burgonyamentes); Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment; Alma;			Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		
SZERDA 2022.02.02.								
Óvoda: EN=255,90kcal FH=9,76g ZS=9,42g SZH=31,40g CK=0,08g SÓ=0,56g Tzs=0,86g			Iskola: EN=281,00kcal FH=10,50g ZS=9,50g SZH=36,80g CK=0,10g SÓ=0,70g Tzs=0,90g			Kisiskola: EN=331,20kcal FH=11,98g ZS=9,68g SZH=47,00g CK=0,14g SÓ=0,98g Tzs=0,98g		
Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsapretek;			Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;			Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		
CSÜTÖRTÖK 2022.02.03.								
Óvoda: EN=133,47kcal FH=6,22g ZS=1,72g SZH=22,06g CK=0,17g SÓ=0,66g Tzs=0,16g			Iskola: EN=182,51kcal FH=9,36g ZS=2,81g SZH=28,16g CK=0,26g SÓ=0,80g Tzs=0,20g			Kisiskola: EN=241,87kcal FH=11,71g ZS=3,36g SZH=36,98g CK=0,34g SÓ=1,18g Tzs=0,28g		
Poharas tej (2)*; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;			Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék (cukor-, tejmentes);			Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		
PÉNTEK 2022.02.04.								
Óvoda: EN=277,10kcal FH=12,96g ZS=10,00g SZH=32,19g CK=0,12g SÓ=1,01g Tzs=1,08g			Iskola: EN=322,20kcal FH=16,80g ZS=10,65g SZH=38,01g CK=0,18g SÓ=1,59g Tzs=1,34g			Kisiskola: EN=382,40kcal FH=19,83g ZS=11,10g SZH=48,72g CK=0,24g SÓ=2,10g Tzs=1,54g		
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk			SULI-HOST 6724 Szeged, Kenyer 'Árnyék' út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu			Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Étlap név: 1300A1 Diabetsesz Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0		
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Műstár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek								

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szójá; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Pakfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Phenol; 17=Glutén; 18=Glutén; 19=Glutén; 20=Glutén; 21=Glutén; 22=Glutén; 23=Glutén; 24=Glutén; 25=Glutén; 26=Glutén; 27=Glutén; 28=Glutén; 29=Glutén; 30=Glutén; 31=Glutén; 32=Glutén; 33=Glutén; 34=Glutén; 35=Glutén; 36=Glutén; 37=Glutén; 38=Glutén; 39=Glutén; 40=Glutén; 41=Glutén; 42=Glutén; 43=Glutén; 44=Glutén; 45=Glutén; 46=Glutén; 47=Glutén; 48=Glutén; 49=Glutén; 50=Glutén; 51=Glutén; 52=Glutén; 53=Glutén; 54=Glutén; 55=Glutén; 56=Glutén; 57=Glutén; 58=Glutén; 59=Glutén; 60=Glutén; 61=Glutén; 62=Glutén; 63=Glutén; 64=Glutén; 65=Glutén; 66=Glutén; 67=Glutén; 68=Glutén; 69=Glutén; 70=Glutén; 71=Glutén; 72=Glutén; 73=Glutén; 74=Glutén; 75=Glutén; 76=Glutén; 77=Glutén; 78=Glutén; 79=Glutén; 80=Glutén; 81=Glutén; 82=Glutén; 83=Glutén; 84=Glutén; 85=Glutén; 86=Glutén; 87=Glutén; 88=Glutén; 89=Glutén; 90=Glutén; 91=Glutén; 92=Glutén; 93=Glutén; 94=Glutén; 95=Glutén; 96=Glutén; 97=Glutén; 98=Glutén; 99=Glutén; 100=Glutén

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-tól 2022.01.31.-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
Alma mártás 'Cukormentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Foly.édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	119,19kcal	1,43g	3,25g	19,71g	12,10g	0,10g	0,20g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Margarin Liga 500, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,30kcal	17,65g	9,13g	13,59g	4,42g	0,57g	0,64g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	231,12kcal	17,20g	6,43g	24,72g	0,85g	0,53g	0,22g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Csirkejó Baromfi Rúd all.mentes	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,10g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Margarin Mini 'Bebo 10g	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,20g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,20g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,57g	0,04g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,53g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Rizsital, Só 'jódozott', Tisztított burgonya	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,32g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g 'Eurofood'	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g 'Eurofood'	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-től 2022.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,86kcal	12,97g	7,89g	1,31g	0,34g	0,20g	0,41g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,20g	0,82g
Csontleves Összetétel: 'Kacsa' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,13g	0,22g
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Dzsem 'diabetikus'	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Finomfőzelék cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Polysweet, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	170,00kcal	7,31g	3,62g	25,09g	8,04g	0,86g	0,63g
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Virsli 'Kométa Vendégváró'	148,03kcal	5,37g	8,43g	11,96g	0,22g	1,17g	2,70g
Gépsonka (diéta) Összetétel: Gépsonka allergénmentes	17,60kcal	2,90g	0,55g	0,28g	0,04g	0,45g	0,22g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,22g	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	0,99g	0,40g
Gránátos kocka Összetétel: 'Fodros nagykocka' Tészta, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	337,36kcal	4,36g	7,90g	60,19g	0,42g	0,99g	0,71g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Margarin Liga 500, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,58g	0,80g
Hentes sertés szelet 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	175,56kcal	19,51g	8,87g	3,27g	0,32g	0,99g	0,41g
Húsos tészta Összetétel: 'Spagetti' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	1,49g	0,40g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-től 2022.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Joghurt Összetétel: Joghurt natúr	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Foly.édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,10g	0,01g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, teimentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,30g	0,21g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér 1kg	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt(natúr)/Sajtmester	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,99g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1, Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,10g	0,00g
Kukorica krémleves tejmentes Összetétel: Fagy. kukorica, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	99,45kcal	5,25g	0,44g	18,17g	1,84g	1,01g	0,09g
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	0,10g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: 'Fodros nagykocka' Tészta, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	106,03kcal	2,15g	2,99g	16,59g	0,89g	0,58g	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	1,14g	1,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Milánói makaróni 'Cukormentes' Összetétel: 'Spagetti' Tészta, Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	433,54kcal	14,84g	18,51g	50,00g	2,98g	0,53g	0,33g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-tól 2022.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár E-mentes Univer, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,20g	0,70g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,99g	0,60g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,99g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: 'Orsó' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,50g	0,20g
Őszibarack leves (cukormentes, tei mentes) Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Foly.édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,68kcal	1,15g	0,39g	14,20g	9,90g	0,11g	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: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,50g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Halfilé 'Pangasius', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	1,04g	0,41g
Paradicsom leves 'Cukormentes' Összetétel: 'Betű' Tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Foly.édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	57,95kcal	1,84g	0,34g	11,73g	2,48g	0,13g	0,03g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom 30g	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Foly.édesítőszer, Köménymag, Rizsliszt, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	103,56kcal	3,87g	2,36g	16,61g	2,97g	0,14g	0,24g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,20g	0,35g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,30g	0,80g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Margarin Liga 500, Só 'jódozott'	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,23g	0,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-től 2022.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,50g	1,20g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Pirított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,20g	0,60g
Pirított tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,53kcal	2,43g	6,72g	46,48g	0,13g	0,99g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej 0,2L	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pritaminos csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	121,44kcal	13,06g	5,18g	4,93g	0,41g	0,50g	0,51g
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Kocka Liga margarin 70%, Köles, Köménymag, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	288,58kcal	19,08g	11,78g	23,25g	2,85g	0,90g	0,57g
Ráma margarin 10g Összetétel: Minimarg.Ráma 10g	53,00kcal	0,05g	6,00g	0,05g	0,05g	0,00g	1,20g
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	1,00g	0,63g
Rizshús 'sertés' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,76kcal	14,58g	10,48g	24,49g	0,25g	1,49g	0,60g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	47,72kcal	1,42g	1,13g	9,54g	1,27g	0,55g	0,13g
Sajtos tészta (diabetikus) Összetétel: 'Szélesmetélt' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Sajt 'Trappista', Só 'jódozott', Tejföl '12%'	329,20kcal	9,14g	11,47g	46,61g	0,00g	0,50g	4,15g
Sajtos-tejfölös tészta Összetétel: 'Szélesmetélt' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Sajt 'Trappista', Só 'jódozott', Tejföl '12%'	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,51g	4,15g
Sajtszórát Összetétel: Sajt 'Trappista'	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-től 2022.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,50g	0,41g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,99g	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	0,99g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,99g	0,41g
Sült csirkecomb Összetétel: Csirkecomb felső 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,30g	0,20g
Sült hal Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Halfilé 'Pangasius', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott'	93,34kcal	9,40g	4,26g	4,21g	0,00g	1,04g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli 'Kométa Vendégváró'	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárazbabfőzelék tej-, cukormentes Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	223,93kcal	11,60g	3,35g	35,56g	0,08g	0,50g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: 'Szarvacska' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,50g	0,50g
Szilvaleves (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Foly.édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,38kcal	0,91g	0,72g	9,72g	5,22g	0,11g	0,00g
Tarhonyaleves (burgonyamentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,22g	2,20g	11,43g	1,02g	0,53g	0,22g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,82g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Zöldséges felvágott allergénmentes	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-től 2022.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,62kcal	1,06g	4,81g	6,74g	1,15g	0,23g	0,51g
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Foly.édesítőszer, Teafű	0,72kcal	0,00g	0,00g	0,06g	0,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó (diabetikus) Összetétel: Foly.édesítőszer, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g
Tejbenrizs (diabetikus) Összetétel: Foly.édesítőszer, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8%'	203,60kcal	8,55g	5,72g	40,76g	9,20g	0,30g	3,40g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) Összetétel: Teljes kiőrlésű adalékmentes kenyér	92,80kcal	3,28g	0,36g	17,88g	0,24g	0,56g	0,16g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Toast sonkás szelet allergénmentes	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,99g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Sajt 'Trappista'	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Foly.édesítőszer, Kigó uborka, Só 'jódozott'	8,49kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,50g	0,00g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	217,40kcal	11,18g	16,28g	4,83g	0,34g	0,50g	0,21g
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,20g	0,26g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2022.01.01.-től 2022.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott KOMÉTA	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zöldbabfőzelék (tejfölös,cukormentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,27kcal	4,39g	5,15g	15,25g	3,28g	0,21g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,54g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Foly.édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '2,8%'	206,91kcal	9,57g	5,46g	28,11g	8,34g	0,56g	1,17g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom 30g	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 rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'	167,24kcal	3,86g	5,80g	36,22g	1,01g	0,78g	0,63g
Zöldségleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,56g	0,27g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g