

HÉTFŐ 2024.12.30.		KEDD 2024.12.31.		SZERDA 2025.01.01.		CSÜTÖRTÖK 2025.01.02.		PÉNTEK 2025.01.03.	
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai	
Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Tejles kiörlesű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;	
Pulykaragu leves 'tej-, cukormentes'; Tejberizs (diabetikus) (2, 15)*; Alma;		Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás (diab.tejment) (15)*; Főtt burgonya;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vadas pulykaapró tejmentes (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment; Narancs;		Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) (15)*; Alma;	
Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;		Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;	
Övoda: EN=294,00kcal FH=11,63g ZS=14,97g SZH=28,07g CK=8,33g SO=1,17g TZS=5,01g		Övoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,61g CK=6,32g SO=1,11g TZS=6,38g		Övoda: EN=220,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=29,50g CK=9,47g SO=0,83g TZS=2,89g		Övoda: EN=220,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=29,50g CK=9,47g SO=0,83g TZS=2,89g		Övoda: EN=209,80kcal FH=7,20g ZS=11,91g SZH=22,09g CK=6,36g SO=0,69g TZS=0,18g	
Iskola: EN=306,20kcal FH=12,06g ZS=15,02g SZH=30,32g CK=8,58g SO=1,24g TZS=5,03g		Iskola: EN=270,18kcal FH=14,75g ZS=13,20g SZH=22,84g CK=8,03g SO=1,34g TZS=6,90g		Iskola: EN=233,50kcal FH=12,10g ZS=7,75g SZH=34,05g CK=11,80g SO=0,96g TZS=3,15g		Iskola: EN=172,01kcal FH=10,06g ZS=3,01g SZH=26,61g CK=6,46g SO=0,73g TZS=0,20g		Iskola: EN=172,01kcal FH=10,06g ZS=3,01g SZH=26,61g CK=6,46g SO=0,73g TZS=0,20g	
K. Iskola: EN=408,40kcal FH=14,61g ZS=24,14g SZH=32,09g CK=6,42g SO=1,69g TZS=6,29g		K. Iskola: EN=301,58kcal FH=17,35g ZS=15,50g SZH=22,89g CK=6,37g SO=1,50g TZS=6,40g		K. Iskola: EN=276,50kcal FH=13,65g ZS=6,50g SZH=36,39g CK=14,10g SO=1,00g TZS=3,60g		K. Iskola: EN=181,77kcal FH=10,94g ZS=3,42g SZH=26,21g CK=6,80g SO=0,76g TZS=0,20g		K. Iskola: EN=379,20kcal FH=20,75g ZS=16,06g SZH=38,12g CK=14,20g SO=1,82g TZS=6,30g	
Övoda: EN=386,77kcal FH=20,29g ZS=11,69g SZH=63,96g CK=6,59g SO=0,64g TZS=2,21g		Övoda: EN=431,60kcal FH=23,78g ZS=12,89g SZH=61,39g CK=13,77g SO=0,29g TZS=0,63g		Övoda: EN=578,14kcal FH=22,03g ZS=21,29g SZH=71,45g CK=1,55g SO=0,65g TZS=1,34g		Övoda: EN=484,20kcal FH=23,59g ZS=16,57g SZH=64,34g CK=10,67g SO=0,33g TZS=1,02g		Övoda: EN=456,60kcal FH=19,95g ZS=19,22g SZH=48,29g CK=1,06g SO=0,61g TZS=1,62g	
Iskola: EN=465,94kcal FH=26,10g ZS=16,66g SZH=68,48g CK=14,31g SO=0,82g TZS=3,31g		Iskola: EN=551,85kcal FH=30,00g ZS=16,58g SZH=63,85g CK=16,54g SO=0,63g TZS=0,83g		Iskola: EN=743,78kcal FH=27,71g ZS=26,91g SZH=63,38g CK=17,71g SO=0,85g TZS=1,69g		Iskola: EN=524,81kcal FH=29,62g ZS=19,35g SZH=64,24g CK=12,89g SO=0,48g TZS=1,12g		Iskola: EN=603,42kcal FH=26,19g ZS=26,16g SZH=64,82g CK=1,23g SO=0,79g TZS=2,19g	
K. Iskola: EN=524,42kcal FH=30,22g ZS=17,59g SZH=74,39g CK=16,89g SO=0,89g TZS=3,76g		K. Iskola: EN=628,35kcal FH=33,71g ZS=16,40g SZH=74,30g CK=16,79g SO=0,68g TZS=1,04g		K. Iskola: EN=872,62kcal FH=31,00g ZS=31,56g SZH=111,91g CK=20,07g SO=1,10g TZS=2,05g		K. Iskola: EN=675,49kcal FH=33,27g ZS=21,27g SZH=79,22g CK=14,74g SO=0,69g TZS=1,23g		K. Iskola: EN=596,35kcal FH=29,86g ZS=29,81g SZH=73,30g CK=1,47g SO=0,86g TZS=2,54g	
Övoda: EN=176,10kcal FH=6,21g ZS=7,39g SZH=21,21g CK=0,38g SO=1,03g TZS=2,08g		Övoda: EN=166,40kcal FH=4,56g ZS=6,95g SZH=28,00g CK=0,27g SO=0,63g TZS=0,88g		Övoda: EN=183,60kcal FH=7,60g ZS=7,05g SZH=22,78g CK=0,27g SO=1,02g TZS=1,83g		Övoda: EN=146,30kcal FH=5,67g ZS=4,30g SZH=20,87g CK=0,27g SO=1,19g TZS=1,01g		Övoda: EN=214,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SO=0,63g TZS=0,88g	
Iskola: EN=229,90kcal FH=8,65g ZS=10,85g SZH=24,20g CK=0,54g SO=1,50g TZS=3,30g		Iskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=197,20kcal FH=8,24g ZS=7,12g SZH=24,87g CK=0,30g SO=1,09g TZS=1,83g		Iskola: EN=171,50kcal FH=6,47g ZS=4,68g SZH=23,80g CK=0,30g SO=1,70g TZS=1,17g		Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=48,65g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g	
K. Iskola: EN=261,20kcal FH=9,95g ZS=12,66g SZH=24,57g CK=0,50g SO=1,70g TZS=3,30g		K. Iskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g		K. Iskola: EN=277,60kcal FH=11,73g ZS=13,70g SZH=26,61g CK=0,30g SO=1,48g TZS=3,50g		K. Iskola: EN=178,50kcal FH=9,60g ZS=4,87g SZH=24,29g CK=0,30g SO=1,95g TZS=1,29g		K. Iskola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=76,65g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g	

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



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

**Étlap név:**  
**1300A1 Diabetessz**

Tapanyagiatalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só;  
TZS=Telített zsír;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Dióhéj, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Cillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Pinaszték  
SULL-HOST Kft. [www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu) honlapon megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a  
SULL-HOST Kft. dietetikussal kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a  
Szegei OVI ([www.oivi.szegevaros.hu](http://www.oivi.szegevaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULL-HOST  
Ékeztetési Rendszer 3.0

**Tízórai**

**Ebéd A**

**Uzsonna**

Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)\*, Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*, Zöldpaprika;

Zöldborso leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta 'sertés- és cukormentes' (9)\*; Alma;

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

**HÉTFŐ**  
2025.01.06.

Óvoda: EN=170,50kcal  
FH=8,87g ZS=6,44g  
SZH=21,20g CK=0,27g  
SÓ=1,19g TZS=0,88g

Óvoda: EN=410,05kcal  
FH=14,38g ZS=6,68g  
SZH=34,07g CK=0,58g  
SÓ=0,89g TZS=0,98g

Óvoda: EN=222,30kcal  
FH=6,71g ZS=9,20g  
SZH=26,10g CK=0,97g  
SÓ=0,79g TZS=4,33g

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

Csontleves; Rakott zöldbab tejmentes;

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

**KEDD**  
2025.01.07.

Óvoda: EN=332,30kcal  
FH=10,12g ZS=6,85g  
SZH=26,60g CK=0,47g  
SÓ=0,83g TZS=2,68g

Óvoda: EN=437,22kcal  
FH=16,89g ZS=22,01g  
SZH=47,19g CK=6,31g  
SÓ=0,19g TZS=0,92g

Óvoda: EN=167,90kcal  
FH=6,81g ZS=5,38g  
SZH=20,81g CK=0,27g  
SÓ=1,21g TZS=0,69g

Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)\*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*; Uborka;

Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfóls (2)\*;

Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*;

**SZERDA**  
2025.01.08.

Óvoda: EN=135,90kcal  
FH=4,21g ZS=3,98g  
SZH=9,20g CK=0,27g  
SÓ=0,53g TZS=0,88g

Óvoda: EN=446,62kcal  
FH=24,08g ZS=13,27g  
SZH=63,29g CK=3,86g  
SÓ=0,54g TZS=0,93g

Óvoda: EN=203,10kcal  
FH=6,65g ZS=10,61g  
SZH=20,45g CK=0,30g  
SÓ=1,10g TZS=3,66g

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

Lebbencs leves; Káposzta Liszt-, tejmentes; Alma;

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

**CSÜTÖRTÖK**  
2025.01.09.

Óvoda: EN=223,90kcal  
FH=10,42g ZS=6,88g  
SZH=30,01g CK=0,47g  
SÓ=0,83g TZS=2,68g

Óvoda: EN=390,63kcal  
FH=23,84g ZS=11,73g  
SZH=61,23g CK=1,10g  
SÓ=0,59g TZS=0,74g

Óvoda: EN=146,30kcal  
FH=6,97g ZS=4,30g  
SZH=20,97g CK=0,27g  
SÓ=1,18g TZS=1,01g

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

Zöldszegletes 'tej-, cukormentes'; Mustáros sertésszellet (diéta) (11)\*; Párolt rizs;

Zöldfűszeres harcsapástétom (9)\*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)\*; Zöldpaprika;

**PÉNTEK**  
2025.01.10.

Óvoda: EN=230,62kcal  
FH=12,02g ZS=10,89g  
SZH=21,02g CK=0,32g  
SÓ=1,19g TZS=5,38g

Óvoda: EN=480,61kcal  
FH=23,03g ZS=23,41g  
SZH=60,10g CK=2,37g  
SÓ=0,17g TZS=1,78g

Óvoda: EN=207,00kcal  
FH=6,88g ZS=9,86g  
SZH=22,96g CK=0,33g  
SÓ=1,02g TZS=1,41g

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



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

**Étlap név:**  
**1300A1 Diabeteusz**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szenhidrát; 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=Csillogfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI ([www.oivi-szegedvaros.hu](http://www.oivi-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 (+36-30-635-3081) Rendszert 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
<b>HÉTFŐ</b> 2025.01.13. Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Meggyleves (cukormentes, tejment.) (15)*; Bacsikai rizseshús sertés; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
<b>KEDD</b> 2025.01.14. Tea (diabetikus) (15)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	
<b>SZERDA</b> 2025.01.15. Tea (diabetikus) (15)*; Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zöldsegleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.01.16. Tea (diabetikus) (15)*; Kőrizött házi (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Brassói aprópecsenye; Forgatótt burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' (15)*;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Körte;	
<b>PÉNTEK</b> 2025.01.17. Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Tokfőzelék (cukormentes, tejfölt) (2, 15)*; Alma;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	

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



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

**Étlap név:**  
**1300A1 Diabetesz**

Tápanyagtartalom: EN=Számitott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;  
 TZS=Tejfejtés zsír;  
 (\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a 9=Hal; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek  
 SULI-HOST Kft. dietetikussái kéthet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**Suli-Host**  
 Étkészítési Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
<b>HÉTFŐ</b> 2025.01.20. Tea (diabetikus) (15)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zöldsegkrémleves (2)*; Párolt sertés szelet; Tört burgonya;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
<b>KEDD</b> 2025.01.21. Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Karalábé leves; Húsgombóc sült tojással; Paradicsom mártás 'Cukormentes' (5, 15)*; Főtt burgonya;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
<b>SZERDA</b> 2025.01.22. Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Riz-bizi;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.01.23. Tea (diabetikus) (15)*; Tejfőlés túró (házi) (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Bazsalikomos csikeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
<b>PÉNTEK</b> 2025.01.24. Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	

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



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

Étlap név:  
**1300A1 Diabetesz**

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; Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a 9=Hál; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Rendszert 3.0

Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p><b>HÉTFŐ</b> 2025.01.27.</p> <p>Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Ózibarack leves (cukormentes, tejmentes) (15)*; Sertésragu; Petrezselymes rizs;</p>	<p>Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;</p>
<p><b>KEDD</b> 2025.01.28.</p> <p>Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Alma;</p>	<p>Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</p>
<p><b>SZERDA</b> 2025.01.29.</p> <p>Tej (2)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvascska teszta gluténment.; Káposzta saláta 'Cukormentes' (15)*;</p>	<p>Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;</p>
<p><b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.01.30.</p> <p>Tea (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Csontleves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya;</p>	<p>Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</p>
<p><b>PÉNTEK</b> 2025.01.31.</p> <p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;</p>	<p>Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (tejfőlt, cukormentes) (2)*; Mandarin;</p>	<p>Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>



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

**Étlap név: 1300A1 Diabetesz**

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

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

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szazammag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítósútk

Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Étkezési Rendszer 3.0

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-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
Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,78kcal	0,72g	0,15g	13,93g	9,90g	0,03g	0,00g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Ásványvíz 0,5 liter Összetétel: Ásványvíz 0,5l	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs '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
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-teszta 'serteshús-, cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	300,78kcal	10,72g	5,37g	51,54g	3,53g	0,83g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,06g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
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
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	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
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g
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: 1300A1 Diabetesz**

**Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,06g	0,82g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,33kcal	5,09g	4,29g	37,55g	0,34g	0,09g	0,40g
Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,85g	2,40g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,96kcal	15,31g	7,25g	3,19g	0,32g	0,50g	0,41g
Húsgombóc sült tojásment. 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
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,03g	0,01g
Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Sárgarépa, Só 'jódozott'	21,62kcal	0,90g	0,13g	4,02g	1,00g	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
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kelkáposztafőzelék tej, lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,15g	0,50g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaaj '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
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pirítasin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaaj 'napraforgó', Köménymag, Órölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaaj 'napraforgó', Köménymag, Órölt 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
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Órölt 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, Étolaaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggye leves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegefűszeg	66,48kcal	1,19g	0,15g	14,65g	10,35g	0,03g	0,00g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaaj 'napraforgó', Mustár, Órölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
Őszibarack leves (cukormentes, tejmentes) Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegefűszeg	63,68kcal	1,15g	0,39g	14,20g	9,90g	0,04g	0,00g



## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paradicsom leves 'Cukormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	57,95kcal	1,84g	0,34g	11,73g	2,48g	0,06g	0,03g
Paradicsom mártás 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	83,25kcal	3,03g	2,28g	12,54g	5,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Parajfőzelék (cukor-, tejszínes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	164,29kcal	3,82g	8,30g	18,74g	0,00g	0,27g	0,80g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt sertés szelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,44kcal	16,84g	11,08g	0,69g	0,17g	0,06g	0,50g
Párolt zöldségek ínyc Összetétel: Fagy. ínyc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Pétrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Pétrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
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 tejszínes 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
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.01.01.-tól 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtos-tejfőlés tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejfől '12%', Trappista sajt	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' Összetétel: Sonkás májaskrém	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Tarhonyaleves (burgonyamentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,22g	2,20g	11,43g	1,02g	0,18g	0,22g
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: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,72kcal	0,00g	0,00g	0,06g	0,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	179,60kcal	8,75g	3,12g	40,76g	9,20g	0,23g	1,80g
Tejfőlés túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejfől '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 1300A1 Diabetesz**

**Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig**

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tököfőzelék (cukormentes, tejfölös) Összetétel: Bioacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Folyékony édesítőszer, Kapor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	142,62kcal	2,82g	6,05g	18,28g	5,38g	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
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioacet, Folyékony édesítőszer, Kigyó uborka, Só 'jódozott'	8,49kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,15g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt 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 (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,18g	16,28g	4,83g	0,34g	0,15g	0,21g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
Zöldbabfőzelék (tejfölös, cukormentes) Összetétel: Bioacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,27kcal	4,39g	5,15g	15,25g	3,28g	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	202,11kcal	9,61g	4,94g	28,11g	8,34g	0,21g	0,85g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g

