

HÉTFO	2025.02.03.	KEDD	2025.02.04.	SZERDA	2025.02.05.	CSÜTÖRTÖK	2025.02.06.	PÉNTEK	2025.02.07.
Tízórai	Tea (diabetikus) (15)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tej (2)*, Házi pulykahúskrém; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea csipkekegyő (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Tea (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
Ebéd A	Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szarababfőzelék tej-, liszt-, cukormentes;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek inyenc (5)*; Párolt rizs;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Tea (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
Uzsonna	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;



SULLI-HOST
E-mail: mail@suli-host.hu

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

SULLI-HOST
Étlap név: **1300A1 Diabetessz**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂; TZS=Telített zsír

Dietetikusok: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Születési dátum: www.suli-host.hu honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a www.suli-host.hu telefonszámon (+36-30-535-3081) kérhető.

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Frankfurti leves liszt-tejmentes; Sajtos tészta (diabetikus) (2)*; Narancs;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tahonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;		Tefjős túró (házi) (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)*; Pirított kukoricadara;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Mandarin;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
PÉNTEK 2025.02.14.		CSÜTÖRTÖK 2025.02.13.		SZERDA 2025.02.12.	
KEDD 2025.02.11.		HÉTFŐ 2025.02.10.			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon +36-30-536-3081)

Étlap név: 1300A1 Diabetesz

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só;
 TZS=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró;
 9=Héj; 10=Ráktfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilaggyűrt; 15=Édesfűszeg; 16=Puhatestűek

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna			
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*; Zöldpaprika;			
HÉTFŐ 2025.02.17.		Ovoda: EN=289,00kcal FH=12,72g ZS=12,57g SZH=31,27g CK=9,53g SO=1,22g Tzs=3,21g Iskola: EN=322,20kcal FH=14,71g ZS=13,37g SZH=35,82g CK=11,86g SO=1,34g Tzs=3,68g Kisiskola: EN=444,40kcal FH=18,67g ZS=23,24g SZH=39,89g CK=14,22g SO=1,78g Tzs=5,36g		Ovoda: EN=487,36kcal FH=15,99g ZS=12,53g SZH=44,69g CK=12,1g SO=0,56g Tzs=0,92g Iskola: EN=647,80kcal FH=19,99g ZS=17,31g SZH=59,27g CK=16,9g SO=0,69g Tzs=1,34g Kisiskola: EN=823,24kcal FH=24,29g ZS=23,03g SZH=74,89g CK=23,7g SO=0,71g Tzs=1,85g		Ovoda: EN=209,10kcal FH=6,99g ZS=10,70g SZH=21,34g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=0,98g Iskola: EN=271,50kcal FH=9,47g ZS=15,24g SZH=24,30g CK=0,35g SO=1,49g Tzs=0,53g Kisiskola: EN=273,50kcal FH=9,60g ZS=15,27g SZH=24,60g CK=0,35g SO=1,49g Tzs=0,53g	
KEDD 2025.02.18.		Tea (diabetikus) (15)*; Körözött házi (2)*; Tejles kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;		Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-),lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;		Csirkemájkrém 30g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;	
Ovoda: EN=133,27kcal FH=7,14g ZS=1,85g SZH=20,97g CK=0,38g SO=0,66g Tzs=0,18g Iskola: EN=168,01kcal FH=9,96g ZS=2,91g SZH=24,96g CK=0,48g SO=0,73g Tzs=0,20g Kisiskola: EN=176,97kcal FH=10,82g ZS=3,30g SZH=25,43g CK=0,50g SO=0,76g Tzs=0,20g		Ovoda: EN=385,15kcal FH=16,10g ZS=21,21g SZH=30,58g CK=4,40g SO=0,71g Tzs=0,71g Iskola: EN=511,20kcal FH=21,16g ZS=28,56g SZH=39,72g CK=5,46g SO=0,44g Tzs=0,99g Kisiskola: EN=604,70kcal FH=24,19g ZS=33,46g SZH=48,48g CK=6,46g SO=0,67g Tzs=1,25g		Ovoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g SZH=21,77g CK=0,27g SO=1,02g Tzs=1,83g Iskola: EN=191,20kcal FH=7,74g ZS=7,07g SZH=24,02g CK=0,30g SO=1,09g Tzs=1,85g Kisiskola: EN=270,40kcal FH=11,13g ZS=13,64g SZH=25,49g CK=0,30g SO=1,48g Tzs=3,50g			
SZERDA 2025.02.19.		Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepaprikás; Pirított tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;	
Ovoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SO=1,13g Tzs=1,01g Iskola: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g Tzs=1,17g Kisiskola: EN=178,50kcal FH=9,50g ZS=4,87g SZH=24,24g CK=0,30g SO=1,95g Tzs=1,22g		Ovoda: EN=482,50kcal FH=21,85g ZS=17,29g SZH=57,97g CK=2,41g SO=0,86g Tzs=1,28g Iskola: EN=637,21kcal FH=27,70g ZS=23,47g SZH=76,24g CK=3,04g SO=0,80g Tzs=1,80g Kisiskola: EN=765,06kcal FH=31,38g ZS=27,74g SZH=94,43g CK=3,66g SO=0,91g Tzs=2,16g		Ovoda: EN=225,30kcal FH=9,01g ZS=9,35g SZH=26,30g CK=6,27g SO=0,78g Tzs=4,46g Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SO=0,85g Tzs=4,50g Kisiskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SO=0,85g Tzs=4,50g			
CSÜTÖRTÖK 2025.02.20.		Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibiziz;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;	
Ovoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SO=1,11g Tzs=5,38g Iskola: EN=270,18kcal FH=14,75g ZS=13,20g SZH=22,84g CK=0,37g SO=1,34g Tzs=6,90g Kisiskola: EN=301,58kcal FH=17,35g ZS=15,50g SZH=22,89g CK=0,37g SO=1,50g Tzs=8,40g		Ovoda: EN=327,76kcal FH=15,22g ZS=10,73g SZH=52,76g CK=7,31g SO=1,24g Tzs=1,04g Iskola: EN=441,63kcal FH=20,17g ZS=13,90g SZH=74,39g CK=10,09g SO=1,57g Tzs=1,36g Kisiskola: EN=524,26kcal FH=24,48g ZS=16,13g SZH=88,13g CK=12,88g SO=1,90g Tzs=1,58g		Ovoda: EN=170,90kcal FH=6,51g ZS=6,95g SZH=20,59g CK=0,31g SO=0,96g Tzs=1,96g Iskola: EN=220,70kcal FH=9,55g ZS=10,00g SZH=23,15g CK=0,38g SO=1,36g Tzs=3,06g Kisiskola: EN=240,00kcal FH=10,85g ZS=11,50g SZH=23,30g CK=0,40g SO=1,52g Tzs=3,60g			
PÉNTEK 2025.02.21.		Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Tejles kiörlesű kenyér (1)*;	
Ovoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SO=0,78g Tzs=4,33g Iskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SO=0,85g Tzs=4,35g Kisiskola: EN=233,50kcal FH=9,15g ZS=9,25g SZH=28,25g CK=6,00g SO=0,85g Tzs=4,35g		Ovoda: EN=479,05kcal FH=26,31g ZS=10,45g SZH=64,27g CK=6,06g SO=0,44g Tzs=0,44g Iskola: EN=609,84kcal FH=33,23g ZS=13,34g SZH=82,08g CK=7,70g SO=0,78g Tzs=0,55g Kisiskola: EN=721,89kcal FH=37,94g ZS=16,68g SZH=98,70g CK=9,22g SO=0,82g Tzs=0,66g		Ovoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g Kisiskola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!



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

Étlap név: 1300A1 Diabetessz

Tápanyagtartalom: EN=Számitott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;
Tzs=Telített zsír
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszerez; 16=Puhatestűek
Szegelei ÓVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2025.02.24.		KEDD 2025.02.25.		SZERDA 2025.02.26.		CSÜTÖRTÖK 2025.02.27.		PÉNTEK 2025.02.28.					
<p>Tízórai</p> <p>Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>		<p>Ebéd A</p> <p>Pulykaragu leves 'teji-cukormentes'; Tejberrizs (diabetikus) (2, 15)*; Alma;</p>		<p>Uzsonna</p> <p>Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</p>		<p>Tea (diabetikus) (15)*; Körözött házi (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;</p>		<p>Tea (diabetikus) (15)*; Körözött házi (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;</p>		<p>Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</p>			
<p>Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>		<p>Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás (diab.tejment) (15)*; Főtt burgonya;</p>		<p>Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment.; Narancs;</p>		<p>Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;</p>		<p>Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parafőzelék (cukor-, tejmentes) (15)*; Alma;</p>		<p>Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>			
<p>Ovoda: EN=294,00kcal FH=11,63g ZS=14,97g SZH=28,07g CK=6,33g SO=1,17g Tzs=5,01g</p> <p>Iskola: EN=305,20kcal FH=12,06g ZS=15,02g SZH=30,32g CK=6,36g SO=1,24g Tzs=5,03g</p> <p>Kisiskola: EN=405,40kcal FH=14,67g ZS=24,14g SZH=32,09g CK=6,42g SO=1,63g Tzs=6,26g</p>		<p>Ovoda: EN=358,77kcal FH=20,29g ZS=11,56g SZH=53,96g CK=9,59g SO=0,24g Tzs=2,21g</p> <p>Iskola: EN=465,94kcal FH=26,10g ZS=15,86g SZH=66,48g CK=14,31g SO=0,82g Tzs=3,31g</p> <p>Kisiskola: EN=524,42kcal FH=30,29g ZS=17,53g SZH=74,36g CK=16,58g SO=0,98g Tzs=3,76g</p>		<p>Ovoda: EN=431,60kcal FH=23,79g ZS=12,88g SZH=51,36g CK=13,77g SO=0,29g Tzs=0,63g</p> <p>Iskola: EN=551,85kcal FH=30,05g ZS=16,59g SZH=65,85g CK=16,54g SO=0,53g Tzs=0,83g</p> <p>Kisiskola: EN=628,35kcal FH=33,71g ZS=19,40g SZH=74,30g CK=18,78g SO=0,66g Tzs=1,04g</p>		<p>Ovoda: EN=578,19kcal FH=22,03g ZS=21,29g SZH=47,45g CK=1,55g SO=0,55g Tzs=1,34g</p> <p>Iskola: EN=743,76kcal FH=27,71g ZS=26,91g SZH=63,58g CK=1,77g SO=0,95g Tzs=1,69g</p> <p>Kisiskola: EN=872,62kcal FH=31,00g ZS=31,58g SZH=71,61g CK=2,07g SO=1,10g Tzs=2,05g</p>		<p>Ovoda: EN=484,20kcal FH=23,59g ZS=16,57g SZH=54,34g CK=1,067g SO=0,33g Tzs=1,02g</p> <p>Iskola: EN=594,81kcal FH=29,62g ZS=19,35g SZH=68,24g CK=1,25g SO=0,48g Tzs=1,12g</p> <p>Kisiskola: EN=675,49kcal FH=33,27g ZS=21,27g SZH=79,22g CK=1,41g SO=0,59g Tzs=1,23g</p>		<p>Ovoda: EN=459,90kcal FH=19,95g ZS=19,22g SZH=49,29g CK=1,06g SO=0,61g Tzs=1,62g</p> <p>Iskola: EN=603,45kcal FH=26,16g ZS=25,16g SZH=64,62g CK=1,23g SO=0,73g Tzs=2,13g</p> <p>Kisiskola: EN=696,35kcal FH=29,86g ZS=29,61g SZH=73,50g CK=1,47g SO=0,86g Tzs=2,54g</p>		<p>Ovoda: EN=244,30kcal FH=4,92g ZS=3,95g SZH=7,30g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g</p> <p>Iskola: EN=324,40g FH=6,47g ZS=4,00g SZH=10,59g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g</p> <p>Kisiskola: EN=367,50kcal FH=8,35g ZS=4,00g SZH=16,59g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g</p>	



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

Étlap név:
1300A1 Diabetes

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

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

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Ráktélek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűk

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

Sull-Host Étkészítési Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-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 tejmentes 'cukormentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	104,99kcal	1,09g	2,05g	19,31g	12,10g	0,03g	0,20g
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
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,14kcal	17,63g	9,13g	13,57g	4,40g	0,19g	0,40g
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
Bazsalikom 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
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
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
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	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,86kcal	16,89g	7,89g	1,31g	0,34g	0,06g	0,41g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsá 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: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Finomfőzelék cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Polysweet, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	170,00kcal	7,31g	3,62g	25,09g	8,04g	0,34g	0,63g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
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
Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,36kcal	4,36g	7,90g	60,19g	0,42g	0,30g	0,71g
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,33kcal	5,09g	4,29g	37,55g	0,34g	0,09g	0,40g
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
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
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: Bioacet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,03g	0,01g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
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
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves 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
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves (cukormentes, tejszent.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,48kcal	1,19g	0,15g	14,65g	10,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás (diab.tejszent.) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	118,26kcal	1,69g	2,98g	20,58g	12,65g	0,15g	0,30g
Milánói makaróni 'Cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	433,54kcal	14,84g	18,51g	50,00g	2,98g	0,18g	0,33g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt 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 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
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
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
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomos káposzta cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,56kcal	3,87g	2,36g	16,61g	2,97g	0,07g	0,24g
Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Órölt 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', Órölt 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', Órölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	119,54kcal	6,00g	2,30g	18,00g	0,00g	0,15g	0,00g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejfől '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Pírított tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,53kcal	2,43g	6,72g	46,48g	0,13g	0,30g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu leves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,07kcal	11,10g	8,44g	5,50g	0,39g	0,31g	0,41g
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	335,58kcal	20,33g	11,93g	32,45g	2,85g	0,37g	0,57g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Órölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizshús 'sertés' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Órölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,76kcal	14,58g	10,48g	24,49g	0,25g	0,45g	0,60g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Sajtos tészta (diabetikus) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejfől '12%', Trappista sajt	329,20kcal	9,14g	11,47g	46,61g	0,00g	0,43g	4,15g
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	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: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-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	0,15g	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	0,30g	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
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' Összetétel: Sonkás májaskrém	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárzabfőzelék tej-, liszt-, cukormentes Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárzab, Vöröshagyma	223,93kcal	11,60g	3,35g	35,56g	0,08g	0,15g	0,30g
Szarvacska tészta gluténmentes. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,38kcal	0,91g	0,72g	9,72g	5,22g	0,03g	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	0,18g	0,22g
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
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű 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
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: Bioecet, 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
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
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt 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
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
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
Zöldszéges rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'	167,24kcal	3,86g	5,80g	36,22g	1,01g	0,26g	0,63g

