

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;			Ősziparack leves (cukormentes, tejmentes) (15)*; Sertésragu; Petrezselymes rizs;			Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;		
HÉTFŐ 2025.11.03.	Övoda: EN=233,20kcal FH=12,10g ZS=10,90g SZH=21,50g CK=0,30g SO=1,10g TZS=5,40g Iskola: EN=280,20kcal FH=15,40g ZS=13,40g SZH=24,40g CK=0,40g SO=1,30g TZS=6,90g K. Iskola: EN=313,60kcal FH=18,10g ZS=16,70g SZH=24,70g CK=0,40g SO=1,50g TZS=8,40g			Övoda: EN=514,00kcal FH=17,70g ZS=20,50g SZH=64,00g CK=10,70g SO=0,40g TZS=1,80g Iskola: EN=672,40kcal FH=23,50g ZS=26,90g SZH=83,00g CK=12,80g SO=0,80g TZS=2,10g K. Iskola: EN=822,70kcal FH=27,10g ZS=33,40g SZH=102,10g CK=14,80g SO=0,80g TZS=2,70g			Övoda: EN=166,40kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=28,00g CK=0,30g SO=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=190,00kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g K. Iskola: EN=190,00kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g		
KEDD 2025.11.04.	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Zöldségleves 'tej, cukormentes'; Sertés sült; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Alma;			Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
	Övoda: EN=225,30kcal FH=9,00g ZS=9,30g SZH=26,30g CK=6,30g SO=0,80g TZS=4,50g Iskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=6,30g SO=0,90g TZS=4,50g K. Iskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=6,30g SO=0,90g TZS=4,50g			Övoda: EN=469,00kcal FH=24,30g ZS=12,50g SZH=69,20g CK=2,10g SO=0,20g TZS=0,60g Iskola: EN=591,40kcal FH=30,40g ZS=16,70g SZH=83,20g CK=2,90g SO=0,40g TZS=0,90g K. Iskola: EN=679,90kcal FH=34,00g ZS=20,50g SZH=82,40g CK=3,40g SO=0,50g TZS=1,10g			Övoda: EN=167,90kcal FH=8,80g ZS=5,30g SZH=20,80g CK=0,30g SO=1,20g TZS=0,90g Iskola: EN=213,50kcal FH=14,10g ZS=6,80g SZH=23,40g CK=0,30g SO=1,90g TZS=0,90g K. Iskola: EN=230,70kcal FH=16,50g ZS=7,60g SZH=23,60g CK=0,30g SO=2,10g TZS=0,90g		
SZERDA 2025.11.05.	Tej (2)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvascska térszta gluténment.; Káposzta saláta 'Cukormentes' (15)*;			Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;		
	Övoda: EN=216,90kcal FH=13,00g ZS=4,80g SZH=30,30g CK=6,50g SO=0,80g TZS=2,00g Iskola: EN=270,90kcal FH=17,30g ZS=6,70g SZH=35,60g CK=11,90g SO=0,90g TZS=2,40g K. Iskola: EN=300,70kcal FH=19,60g ZS=7,70g SZH=38,20g CK=14,20g SO=1,10g TZS=2,90g			Övoda: EN=557,70kcal FH=23,40g ZS=22,50g SZH=63,20g CK=3,20g SO=0,30g TZS=1,80g Iskola: EN=726,50kcal FH=29,50g ZS=29,60g SZH=82,70g CK=4,00g SO=0,80g TZS=2,40g K. Iskola: EN=874,10kcal FH=33,40g ZS=35,20g SZH=102,60g CK=4,20g SO=1,10g TZS=2,90g			Övoda: EN=154,50kcal FH=6,60g ZS=4,50g SZH=21,60g CK=0,30g SO=0,90g TZS=1,10g Iskola: EN=186,50kcal FH=9,80g ZS=5,20g SZH=24,90g CK=0,30g SO=1,30g TZS=1,20g K. Iskola: EN=196,90kcal FH=11,10g ZS=5,50g SZH=25,50g CK=0,30g SO=1,50g TZS=1,30g		
CSÜTÖRTÖK 2025.11.06.	Tea (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Csonthéves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya;			Zöldségeszercs harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
	Övoda: EN=147,00kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=21,10g CK=0,30g SO=1,10g TZS=1,00g Iskola: EN=172,60kcal FH=8,50g ZS=4,70g SZH=24,00g CK=0,40g SO=1,70g TZS=1,20g K. Iskola: EN=179,60kcal FH=9,60g ZS=4,90g SZH=24,40g CK=0,40g SO=1,90g TZS=1,20g			Övoda: EN=442,10kcal FH=21,30g ZS=15,50g SZH=49,40g CK=1,50g SO=0,80g TZS=1,20g Iskola: EN=600,00kcal FH=29,80g ZS=22,60g SZH=63,10g CK=2,20g SO=1,40g TZS=2,00g K. Iskola: EN=718,20kcal FH=36,00g ZS=26,20g SZH=77,10g CK=2,70g SO=1,90g TZS=2,10g			Övoda: EN=204,60kcal FH=6,80g ZS=9,50g SZH=22,60g CK=0,40g SO=1,00g TZS=1,40g Iskola: EN=218,20kcal FH=7,50g ZS=9,60g SZH=25,20g CK=0,40g SO=1,10g TZS=1,40g K. Iskola: EN=319,60kcal FH=10,20g ZS=18,80g SZH=27,10g CK=0,40g SO=1,50g TZS=2,70g		
PÉNTEK 2025.11.07.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;			Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (tejfölös, cukormentes) (2)*; Alma;			Dzssem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
	Övoda: EN=224,50kcal FH=10,40g ZS=6,90g SZH=28,90g CK=9,50g SO=0,80g TZS=2,70g Iskola: EN=260,50kcal FH=12,80g ZS=7,80g SZH=34,70g CK=11,80g SO=0,90g TZS=3,10g K. Iskola: EN=283,90kcal FH=14,40g ZS=8,60g SZH=37,10g CK=14,10g SO=1,00g TZS=3,60g			Övoda: EN=406,20kcal FH=18,50g ZS=14,60g SZH=46,10g CK=4,50g SO=0,10g TZS=1,20g Iskola: EN=540,60kcal FH=25,50g ZS=19,10g SZH=61,60g CK=6,00g SO=0,30g TZS=1,50g K. Iskola: EN=645,90kcal FH=31,30g ZS=23,20g SZH=71,50g CK=6,80g SO=0,60g TZS=1,80g			Övoda: EN=244,30kcal FH=3,90g ZS=3,90g SZH=47,30g CK=0,30g SO=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=48,60g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g K. Iskola: EN=367,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=48,60g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g		

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertészgári 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; SO=SO;
TZS=Telített zsír.

Détás 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)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tea (diabetikus) (15)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Rizseshús 'sertés';		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2025.11.10.	Övoda: EN=201,70kcal FH=6,50g ZS=9,50g SZH=22,20g CK=0,40g SÓ=1,00g Tzs=1,40g Iskola: EN=213,30kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=24,50g CK=0,50g SÓ=1,10g Tzs=1,40g Kiskola: EN=313,50kcal FH=9,60g ZS=18,70g SZH=26,20g CK=0,50g SÓ=1,50g Tzs=2,70g		Övoda: EN=377,90kcal FH=17,20g ZS=10,40g SZH=52,00g CK=2,00g SÓ=0,60g Tzs=0,60g Iskola: EN=467,50kcal FH=21,00g ZS=13,40g SZH=61,60g CK=2,50g SÓ=1,00g Tzs=0,90g Kiskola: EN=548,20kcal FH=24,70g ZS=16,20g SZH=73,20g CK=3,00g SÓ=1,00g Tzs=1,10g		Övoda: EN=228,30kcal FH=9,10g ZS=9,20g SZH=26,80g CK=0,00g SÓ=0,80g Tzs=4,30g Iskola: EN=243,50kcal FH=9,80g ZS=9,40g SZH=29,80g CK=6,00g SÓ=0,90g Tzs=4,30g Kiskola: EN=245,50kcal FH=9,90g ZS=9,40g SZH=30,10g CK=6,00g SÓ=0,90g Tzs=4,30g	
KEDD 2025.11.11.	Tea (2)*; Házi pulkahanúskrém; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
	Övoda: EN=261,80kcal FH=14,70g ZS=9,10g SZH=30,10g CK=9,50g SÓ=0,90g Tzs=2,80g Iskola: EN=331,40kcal FH=19,10g ZS=12,70g SZH=35,10g CK=11,80g SÓ=1,00g Tzs=3,40g Kiskola: EN=380,40kcal FH=22,40g ZS=15,60g SZH=37,60g CK=14,20g SÓ=1,10g Tzs=4,10g		Övoda: EN=511,80kcal FH=24,50g ZS=20,50g SZH=55,50g CK=1,40g SÓ=0,20g Tzs=1,30g Iskola: EN=670,50kcal FH=30,90g ZS=25,50g SZH=77,00g CK=2,10g SÓ=0,50g Tzs=1,60g Kiskola: EN=798,60kcal FH=35,40g ZS=30,70g SZH=82,50g CK=2,60g SÓ=0,70g Tzs=2,00g		Övoda: EN=244,30kcal FH=3,90g ZS=3,90g SZH=47,30g CK=0,30g SÓ=0,60g Tzs=0,90g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=49,60g CK=0,30g SÓ=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=367,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=76,60g CK=0,30g SÓ=0,70g Tzs=0,90g	
SZERDA 2025.11.12.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;		Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
	Övoda: EN=230,70kcal FH=12,00g ZS=10,80g SZH=20,90g CK=0,30g SÓ=1,10g Tzs=5,40g Iskola: EN=276,10kcal FH=15,40g ZS=13,20g SZH=23,40g CK=0,30g SÓ=1,30g Tzs=6,50g Kiskola: EN=308,90kcal FH=18,10g ZS=15,60g SZH=23,50g CK=0,30g SÓ=1,50g Tzs=8,40g		Övoda: EN=428,40kcal FH=25,40g ZS=13,60g SZH=42,10g CK=8,90g SÓ=0,50g Tzs=1,30g Iskola: EN=555,90kcal FH=31,80g ZS=18,30g SZH=55,30g CK=11,80g SÓ=0,80g Tzs=1,90g Kiskola: EN=673,60kcal FH=37,80g ZS=22,70g SZH=68,00g CK=14,50g SÓ=1,00g Tzs=2,40g		Övoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,80g CK=0,30g SÓ=1,00g Tzs=1,80g Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SÓ=1,10g Tzs=1,80g Kiskola: EN=270,40kcal FH=11,20g ZS=13,60g SZH=25,50g CK=0,30g SÓ=1,50g Tzs=3,50g	
CSÜTÖRTÖK 2025.11.13.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Petrezselymes túrókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
	Övoda: EN=226,30kcal FH=10,50g ZS=7,00g SZH=30,40g CK=9,50g SÓ=0,80g Tzs=2,70g Iskola: EN=263,50kcal FH=12,80g ZS=8,00g SZH=35,60g CK=11,80g SÓ=0,90g Tzs=3,10g Kiskola: EN=287,50kcal FH=14,40g ZS=8,70g SZH=38,20g CK=14,10g SÓ=1,00g Tzs=3,60g		Övoda: EN=399,00kcal FH=16,20g ZS=11,20g SZH=53,50g CK=5,30g SÓ=1,20g Tzs=1,00g Iskola: EN=517,30kcal FH=20,40g ZS=15,90g SZH=67,20g CK=7,10g SÓ=1,60g Tzs=1,50g Kiskola: EN=609,40kcal FH=24,60g ZS=17,70g SZH=80,70g CK=8,90g SÓ=2,10g Tzs=1,60g		Övoda: EN=129,00kcal FH=6,50g ZS=1,80g SZH=21,50g CK=0,30g SÓ=0,60g Tzs=0,20g Iskola: EN=168,40kcal FH=8,90g ZS=3,60g SZH=24,80g CK=0,30g SÓ=0,70g Tzs=0,20g Kiskola: EN=182,50kcal FH=9,90g ZS=4,50g SZH=25,30g CK=0,30g SÓ=0,70g Tzs=0,20g	
PÉNTEK 2025.11.14.	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni 'Cukormentes'; Sajtszórat (2)*; Alma;		Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
	Övoda: EN=171,60kcal FH=6,50g ZS=6,90g SZH=20,70g CK=0,30g SÓ=0,80g Tzs=2,00g Iskola: EN=221,60kcal FH=9,60g ZS=10,00g SZH=23,30g CK=0,50g SÓ=1,40g Tzs=3,10g Kiskola: EN=241,10kcal FH=10,90g ZS=11,50g SZH=23,50g CK=0,50g SÓ=1,50g Tzs=3,60g		Övoda: EN=589,90kcal FH=22,30g ZS=23,20g SZH=69,90g CK=6,00g SÓ=0,50g Tzs=2,80g Iskola: EN=785,90kcal FH=29,60g ZS=31,60g SZH=82,00g CK=7,50g SÓ=0,70g Tzs=3,70g Kiskola: EN=921,50kcal FH=34,40g ZS=35,00g SZH=12,50g CK=9,60g SÓ=0,80g Tzs=3,80g		Övoda: EN=262,30kcal FH=11,10g ZS=9,60g SZH=31,80g CK=0,30g SÓ=0,60g Tzs=0,90g Iskola: EN=277,50kcal FH=11,80g ZS=9,80g SZH=34,70g CK=0,30g SÓ=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=279,50kcal FH=11,90g ZS=9,80g SZH=35,00g CK=0,30g SÓ=0,70g Tzs=0,90g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:

1300A1 Diabetes

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=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a Rendszer 3.0
g=Haj; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesfűszár; 16=Puhatestűk SULL-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2025.11.24.					
Övoda: EN=289,00kcal FH=12,70g ZS=12,50g SZH=31,30g CK=9,60g SO=1,20g Tzs=3,20g		Övoda: EN=487,40kcal FH=16,00g ZS=12,50g SZH=36,90g CK=11,90g SO=0,60g Tzs=0,90g		Övoda: EN=209,10kcal FH=7,00g ZS=10,70g SZH=21,40g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=3,70g	
Iskola: EN=322,20kcal FH=14,80g ZS=13,40g SZH=36,90g CK=11,90g SO=1,30g Tzs=3,60g		Iskola: EN=647,80kcal FH=20,00g ZS=17,30g SZH=49,30g CK=17,09g SO=0,70g Tzs=1,30g		Iskola: EN=271,50kcal FH=9,50g ZS=15,30g SZH=24,30g CK=0,30g SO=1,50g Tzs=5,50g	
K.I.skola: EN=414,40kcal FH=18,90g ZS=23,20g SZH=39,90g CK=14,40g SO=1,80g Tzs=5,40g		K.I.skola: EN=823,40kcal FH=24,30g ZS=23,10g SZH=52,90g CK=17,09g SO=0,80g Tzs=1,80g		K.I.skola: EN=273,50kcal FH=9,60g ZS=15,30g SZH=24,60g CK=0,30g SO=1,50g Tzs=5,50g	
Tea (diabetikus) (15)*; Körözött házi (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Csontleves; Vagdatl sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
KEDD 2025.11.25.					
Övoda: EN=133,20kcal FH=7,10g ZS=1,80g SZH=21,70g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,20g		Övoda: EN=385,50kcal FH=16,10g ZS=21,20g SZH=30,80g CK=4,40g SO=0,20g Tzs=0,70g		Övoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,80g CK=0,30g SO=1,00g Tzs=1,80g	
Iskola: EN=168,00kcal FH=10,00g ZS=2,90g SZH=25,00g CK=0,50g SO=0,70g Tzs=0,20g		Iskola: EN=511,20kcal FH=21,20g ZS=28,60g SZH=39,70g CK=5,50g SO=0,40g Tzs=0,90g		Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=1,80g	
K.I.skola: EN=177,00kcal FH=10,90g ZS=3,30g SZH=25,80g CK=0,50g SO=0,80g Tzs=0,20g		K.I.skola: EN=604,60kcal FH=24,20g ZS=33,50g SZH=48,40g CK=6,40g SO=0,70g Tzs=1,30g		K.I.skola: EN=270,40kcal FH=11,20g ZS=13,60g SZH=25,50g CK=0,30g SO=1,50g Tzs=3,50g	
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepaprikás; Pirtott tathonya 'lisztmentes'; Uborkasalátá 'Cukormentes' (15)*;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
SZERDA 2025.11.26.					
Övoda: EN=146,30kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=21,00g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=1,00g		Övoda: EN=482,50kcal FH=21,80g ZS=17,30g SZH=57,90g CK=2,30g SO=0,60g Tzs=1,30g		Övoda: EN=225,30kcal FH=9,00g ZS=3,30g SZH=26,30g CK=6,30g SO=0,80g Tzs=4,50g	
Iskola: EN=171,50kcal FH=8,50g ZS=4,90g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g Tzs=1,20g		Iskola: EN=637,20kcal FH=27,60g ZS=23,50g SZH=67,30g CK=3,10g SO=0,80g Tzs=1,80g		Iskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=6,30g SO=0,80g Tzs=4,50g	
K.I.skola: EN=173,50kcal FH=9,60g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=0,30g SO=1,90g Tzs=1,20g		K.I.skola: EN=765,10kcal FH=31,50g ZS=27,70g SZH=64,40g CK=3,60g SO=0,80g Tzs=2,10g		K.I.skola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=6,30g SO=0,80g Tzs=4,50g	
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi;		Körte; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2025.11.27.					
Övoda: EN=227,20kcal FH=11,70g ZS=10,80g SZH=20,60g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=5,40g		Övoda: EN=377,10kcal FH=13,20g ZS=10,90g SZH=33,00g CK=7,30g SO=1,20g Tzs=1,00g		Övoda: EN=189,50kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=33,50g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,90g	
Iskola: EN=270,20kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,30g Tzs=6,90g		Iskola: EN=515,70kcal FH=20,10g ZS=14,20g SZH=47,70g CK=10,10g SO=1,50g Tzs=1,30g		Iskola: EN=221,50kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=40,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	
K.I.skola: EN=301,60kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,50g Tzs=8,40g		K.I.skola: EN=610,70kcal FH=24,50g ZS=16,40g SZH=58,50g CK=12,90g SO=2,00g Tzs=1,60g		K.I.skola: EN=221,50kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=40,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	
Kéfir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
PÉNTEK 2025.11.28.					
Övoda: EN=222,30kcal FH=8,70g ZS=9,10g SZH=26,00g CK=6,00g SO=0,80g Tzs=4,30g		Övoda: EN=479,00kcal FH=26,30g ZS=10,40g SZH=64,30g CK=6,10g SO=0,40g Tzs=0,40g		Övoda: EN=224,30kcal FH=3,90g ZS=3,90g SZH=47,30g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,90g	
Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g		Iskola: EN=609,90kcal FH=33,30g ZS=13,30g SZH=82,10g CK=7,70g SO=0,80g Tzs=0,80g		Iskola: EN=255,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=49,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	
K.I.skola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g		K.I.skola: EN=721,90kcal FH=37,90g ZS=15,70g SZH=98,70g CK=9,20g SO=0,80g Tzs=0,70g		K.I.skola: EN=387,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=76,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULLI - HOST VENDEGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertész Ernő ut. 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
1300A1 Diabeteusz

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
Tzs=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Fákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
SULLI-HOST Kft. dietetikussal együtt az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.11.01.-től 2025.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	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	105,00kcal	1,10g	2,00g	19,30g	12,10g	0,00g	0,20g
Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,80kcal	0,70g	0,10g	13,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,10kcal	17,60g	9,10g	13,60g	4,40g	0,20g	0,40g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,30kcal	16,90g	8,30g	1,10g	0,30g	0,10g	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', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	312,90kcal	13,80g	10,00g	40,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,80g	6,90g	0,90g	0,20g	0,00g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bebo margarin 10g 'dupla' Összetétel: Bebo mini margarin	63,00kcal	0,00g	7,00g	0,00g	0,00g	0,00g	1,40g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,90kcal	16,90g	8,30g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,30kcal	16,80g	6,00g	1,30g	0,30g	0,10g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,90kcal	3,50g	0,50g	11,50g	1,70g	0,20g	0,00g
Burgonyafőzelék 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,30kcal	5,30g	2,50g	42,00g	0,10g	0,10g	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	2,60g	2,20g	18,60g	1,00g	0,00g	0,20g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,50kcal	11,10g	7,30g	4,60g	0,20g	0,00g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.11.01.-től 2025.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,60g	0,90g	0,00g	0,30g	0,20g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Csirkemájkrém 50g 'Eurofood' 'dupla' Összetétel: Csirke májaskrém 50g	264,00kcal	11,30g	21,90g	4,90g	0,00g	1,30g	5,50g
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Köménymag, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,90kcal	16,90g	7,90g	1,30g	0,30g	0,10g	0,40g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. piramin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,10kcal	17,10g	11,60g	2,30g	0,70g	0,10g	0,80g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,00g	2,10g	9,20g	1,10g	0,00g	0,20g
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	7,30g	3,60g	25,10g	8,00g	0,30g	0,60g
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Örölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,20kcal	5,50g	8,40g	12,70g	0,60g	0,80g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,00kcal	2,40g	2,20g	10,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Örölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,90kcal	13,20g	8,60g	0,80g	0,30g	0,30g	0,40g
Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Örölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,40kcal	4,40g	7,90g	60,20g	0,40g	0,30g	0,70g
Harcspástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' Összetétel: Zöldfűszeres harcspástétom	200,40kcal	5,20g	18,20g	3,50g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,40kcal	4,30g	5,70g	0,10g	0,00g	0,10g	0,80g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Örölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,00kcal	15,30g	7,30g	3,20g	0,30g	0,50g	0,40g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,10kcal	13,00g	19,20g	46,90g	0,30g	0,40g	0,40g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.11.01.-től 2025.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,80kcal	1,30g	0,20g	4,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,10g	0,00g	0,60g	2,20g
Kockasajt 'dupla' Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,80kcal	17,00g	10,10g	0,70g	0,10g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,10kcal	2,90g	1,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	222,10kcal	4,50g	5,90g	37,10g	0,80g	0,00g	0,60g
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	105,80kcal	2,10g	3,00g	16,50g	0,90g	0,20g	0,50g
Meggyleves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,50kcal	1,20g	0,20g	14,60g	10,40g	0,00g	0,00g
Milánói makaróni 'Cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	433,50kcal	14,80g	18,50g	50,00g	3,00g	0,20g	0,30g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,20kcal	17,40g	13,30g	3,60g	0,30g	0,00g	0,70g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,50kcal	17,20g	12,10g	5,10g	0,20g	0,30g	0,60g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,30kcal	16,80g	12,00g	0,60g	0,10g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,20kcal	2,40g	3,00g	46,20g	0,00g	0,10g	0,20g
Őszibarack leves (cukormentes, tejmentes) Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,70kcal	1,20g	0,40g	14,20g	9,90g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz Időszak: 2025.11.01.-tól 2025.11.30.-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	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,90kcal	22,20g	16,40g	39,20g	0,80g	0,10g	1,00g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,50kcal	9,50g	4,20g	6,50g	0,00g	0,90g	0,40g
Paradicsom leves 'Cukormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	58,00kcal	1,80g	0,30g	11,70g	2,50g	0,10g	0,00g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Paradicsomos káposzta cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,60kcal	3,90g	2,40g	16,60g	3,00g	0,10g	0,20g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	280,00kcal	16,40g	20,00g	7,50g	0,00g	0,30g	2,30g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,50kcal	2,50g	3,50g	31,90g	0,00g	0,10g	0,40g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,70kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	314,60kcal	3,80g	11,50g	48,40g	0,30g	0,10g	1,20g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,60kcal	2,30g	1,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,70kcal	2,00g	6,10g	14,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Pírtott tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,50kcal	2,40g	6,70g	46,50g	0,10g	0,30g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
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	335,60kcal	20,30g	11,90g	32,40g	2,90g	0,40g	0,60g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rizseshús 'sertés' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	310,00kcal	13,70g	9,90g	40,50g	0,30g	0,40g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.11.01.-től 2025.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtos tészta (diabetikus) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	329,20kcal	9,10g	11,50g	46,60g	0,00g	0,40g	4,20g
Sajtos-tejfölös tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	347,70kcal	9,60g	13,00g	47,10g	0,00g	0,40g	4,20g
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,90kcal	17,40g	10,30g	5,80g	0,40g	0,10g	0,40g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,30kcal	17,60g	10,30g	7,90g	0,40g	0,30g	0,40g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,70kcal	12,70g	8,60g	1,40g	0,50g	0,30g	0,40g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,40kcal	9,60g	4,30g	5,60g	0,00g	0,80g	0,40g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Szilvaleves (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,40kcal	0,90g	0,70g	9,70g	5,20g	0,00g	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	1,20g	2,20g	11,40g	1,00g	0,20g	0,20g
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	11,20g	4,60g	6,80g	0,80g	0,30g	0,20g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,90g	2,80g	0,40g	0,00g	0,40g	1,00g
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	96,80kcal	2,60g	4,90g	10,00g	2,50g	0,10g	0,50g
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,70kcal	0,00g	0,00g	0,10g	0,00g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.11.01.-től 2025.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	229,00kcal	8,70g	3,30g	41,00g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,30g	1,40g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,20g	0,00g	0,50g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioacet, Folyékony édesítőszer, Kigó uborka, Só 'jódozott'	8,50kcal	0,70g	0,10g	1,20g	0,00g	0,10g	0,00g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,20g	16,30g	4,80g	0,30g	0,10g	0,20g
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zöldbabfőzelék (tejfölös,cukormentes) Összetétel: Bioacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,30kcal	4,40g	5,10g	15,20g	3,30g	0,10g	0,50g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,20kcal	3,20g	1,30g	12,10g	3,00g	0,10g	0,10g
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	202,10kcal	9,60g	4,90g	28,10g	8,30g	0,20g	0,90g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,60g	9,10g	1,80g	0,10g	0,40g	1,20g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldségleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,60kcal	1,80g	2,60g	8,90g	1,90g	0,10g	0,30g